

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Nivel de Desarrollo de Habilidades Sociales en estudiantes de 5° año de secundaria que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: Bachiller Claudia Cecilia Flores Cisneros

Lima - Perú

2019

## **DEDICATORIA**

Dedico esta investigación a mis padres, a su apoyo incondicional, al esfuerzo que siempre hicieron por brindarme una buena preparación académica y formarme con valores, por su confianza. También dedicada a mis dos hijas por ellas y para ellas es este trabajo, ejemplo claro de que nunca es tarde para cumplir tus sueños y metas.

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco a Dios, porque a pesar de mis debilidades a través del tiempo siempre ha sido, es y será mi fortaleza. A toda mi Familia, en especial a mis padres e hijas. A mi casa de estudios. Donde inicié mi preparación y formación superior. A la Dra. Elisa Torres por sus orientaciones, por su paciencia, por compartir no solo sus conocimientos sino también su pasión por la investigación.

## **PRESENTACIÓN**

Señores miembros del Jurado:

En cumplimiento de las normas de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega según la Directiva N° 003-FPs y TS.-2016, expongo ante ustedes mi investigación titulada “Nivel de habilidades sociales de los estudiantes de 5° año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce – Olivos “ bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA para obtener el título profesional de licenciatura.

Por lo cual espero que este trabajo de investigación sea correctamente evaluado y aprobado.

Atentamente,

Claudia Cecilia Flores Cisneros

## ÍNDICE

DEDICATORIA.....	II
AGRADECIMIENTOS.....	III
ÍNDICE.....	V
INDICE DE TABLAS.....	XI
RESUMEN .....	XIII
ABSTRACT .....	XIV
INTRODUCCIÓN.....	XV
CAPÍTULO I.....	18
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	18
1.1 DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA .....	18
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	21
1.2.1 Problema general.....	21
1.2.2 Problemas específicos .....	21
1.3 OBJETIVOS .....	22
1.3.1 Objetivo general.....	22
1.3.2 Objetivos específicos .....	22
1.4 JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA .....	23

CAPÍTULO II.....	26
MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	26
2.1 ANTECEDENTES.....	26
2.1.1 Internacionales .....	26
2.1.2 Nacionales.....	29
2.2 BASES TEÓRICAS.....	33
2.2.1 Teoría del aprendizaje sociocultural Lev Vygotsky .....	33
2.2.2 Teoría del aprendizaje social Albert Bandura.....	35
2.2.3 Enfoque de habilidades sociales de Gismero .....	37
2.3 HABILIDADES SOCIALES.....	39
2.3.1 Historia del constructo de Habilidades Sociales .....	39
2.3.2 Concepto de habilidades sociales.....	42
2.3.3 Adquisición de habilidades sociales .....	43
2.3.4 Dimensiones que influyen en el desarrollo de habilidades sociales. ....	45
2.3.5 Características de las Habilidades sociales .....	46
2.3.6 Funciones de las Habilidades Sociales.....	47
2.3.7 Importancia de la Habilidades Sociales .....	47
2.3.8 Elementos de Habilidades Sociales.....	48

2.3.9	Componentes.....	53
2.3.10	Modelo explicativo del déficit de habilidades sociales y sus consecuencias. .....	54
2.3.11	Desarrollo de las habilidades sociales.....	56
2.3.12	Estrategias de intervención: .....	58
2.3.13	Las Habilidades Sociales en el contexto Educativo.....	60
2.3.14	Habilidades Sociales y otros constructos .....	66
2.4	METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA.....	68
2.4.1	Modelo constructivista.....	68
2.4.2	Metodología pre universitaria .....	71
2.5	DEFINICIÓN CONCEPTUAL: .....	76
2.5.1	Habilidades Sociales .....	76
2.5.2	Adolescencia .....	76
2.5.3	Rendimiento Académico:.....	77
2.5.4	Metodologías de la enseñanza.....	78
CAPÍTULO III .....		80
METODOLOGÍA.....		80
3.1	TIPO, NIVEL Y DISEÑO UTILIZADO.....	80
3.1.1	Tipo y enfoque .....	80

3.1.2	Nivel.....	80
3.1.3	Diseño de investigación .....	80
3.2	POBLACIÓN Y MUESTRA.....	81
3.2.1	Población.....	81
3.2.2	Muestra .....	81
3.3	IDENTIFICACIÓN DE LA VARIABLE Y SU OPERACIONALIZACIÓN .....	81
3.3.1	Operacionalización de la variable .....	81
3.4	TÉCNICAS DE EVALUACIÓN Y DIAGNÓSTICO .....	82
3.4.1	Técnicas .....	82
3.4.2	Instrumento .....	82
	CAPÍTULO IV .....	86
	PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	86
4.1	PROCESAMIENTO DE DATOS.....	86
4.2	PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS .....	86
4.3	DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....	95
4.4	CONCLUSIONES .....	98
4.5	RECOMENDACIONES .....	99
	CAPÍTULO V.....	102



PROGRAMA DE INTERVENCIÓN .....	102
5.1 DENOMINACIÓN DEL PROGRAMA.....	102
5.2 INTRODUCCIÓN .....	102
5.3 DESCRIPCIÓN DE LA PROBLEMÁTICA.....	102
5.4 ESTABLECIMIENTO DE OBJETIVOS .....	103
5.4.1 Objetivo general.....	103
5.4.2 Objetivos específicos .....	103
5.5 JUSTIFICACIÓN .....	104
5.6 ALCANCE.....	104
5.7 METODOLOGÍA DE LA INTERVENCIÓN.....	104
5.8 RECURSOS .....	105
5.8.1 Recursos Humanos.....	105
5.8.2 Recursos Materiales .....	105
5.8.3 Recursos Financieros .....	106
5.9 CRONOGRAMA Y ACTIVIDADES .....	107
BIBLIOGRAFIA .....	121
ANEXOS .....	126
ANEXO 1. MATRIZ DE CONSISTENCIA.....	127

ANEXO 2. CARTA DE AUTORIZACIÓN .....	128
ANEXO 3. ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES .....	129
ANEXO 4. FICHA SOCIODEMOGRÁFICA.....	131
ANEXO 5. HOJA DE TRABAJO DE LA SESIÓN 1 .....	132
ANEXO 6. HOJA DE TRABAJO DE LA SESIÓN 2 .....	133
ANEXO 7. HOJA DE TRABAJO DE LA SESIÓN 5 .....	134
ANEXO 8. HOJA DE TRABAJO DE LA SESIÓN 9 .....	135
ANEXO 9. HOJA DE TRABAJO DE LA SESIÓN 12 .....	136
ANEXO 10. ANÁLISIS DE CONFIABILIDAD .....	137
ANEXO 11. VALIDEZ DE CONSTRUCTO.....	139

## INDICE DE TABLAS

Tabla 1. Criterios de inclusión y exclusión	81
Tabla 2. Operacionalización de la variable Habilidades Sociales	82
Tabla 3. Estadísticos Descriptivos General	86
Tabla 4. Análisis de Frecuencia de Habilidades Sociales global	87
Tabla 5. Estadísticos descriptivos de las dimensiones de habilidades sociales	88
Tabla 6. Análisis de Frecuencia de Habilidades Sociales de Autoexpresión	89
Tabla 7. Análisis de frecuencia de la habilidad social Defensa de los propios derechos	90
Tabla 8. Análisis de la frecuencia de la habilidad social Expresión de enfado	91
Tabla 9. Análisis de la frecuencia de la Habilidad Social Decir NO y cortar interacciones	92
Tabla 10. Análisis de frecuencia de la habilidad social Hacer peticiones	93
Tabla 11. Análisis de frecuencia de la habilidad social iniciar interacciones	94

## INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Estilos de respuesta conductual	51
Figura 2. Frecuencia Porcentual de la Habilidad Social Global	87
Figura 3. Frecuencia porcentual de la habilidad social de Autoexpresión	89
Figura 4. Frecuencia porcentual de Habilidades Sociales Defensa de los propios derechos como consumidor	90
Figura 5. Frecuencia porcentual de la dimensión Expresión de enfado	91
Figura 6. Frecuencia porcentual de la dimensión Decir NO y cortar interacciones	92
Figura 7. Frecuencia porcentual de la dimensión Hacer peticiones	93
Figura 8. Frecuencia porcentual de la dimensión Iniciar interacciones	94

## RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo general determinar el nivel de desarrollo de las habilidades sociales de los estudiantes de 5° año de secundaria que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce – Los Olivos.

Nuestro trabajo de investigación es de tipo no experimental, de enfoque cuantitativo, de corte transversal, con diseño descriptivo. La muestra estuvo compuesta por 77 estudiantes y fue seleccionada con un muestreo estadístico no intencional, de los cuales el 61% fueron varones y el 39% mujeres. El instrumento que se utilizó fue la Escala de Habilidades Sociales de Gismero, adaptada a la población peruana por César Ruíz Alva (2006). Los datos fueron procesados utilizando la estadística descriptiva para la interpretación de tablas y gráficos estadísticos. Los resultados encontrados nos muestran que el 28.6 % de los estudiantes pertenecientes al tercio superior tienen un nivel Promedio Alto en cuanto al nivel de desarrollo de la habilidad social global y se debe tener en cuenta que un 22% de los estudiantes obtuvo un nivel Bajo y el 19.5% un nivel Promedio bajo, es decir si sumamos estos porcentajes estaríamos hablando de un 41.5% con resultados por debajo del promedio en cuanto al nivel de desarrollo social global. En cuanto a las dimensiones “decir no y cortar interacciones” se obtiene un 33.8% que corresponde a un nivel Bajo y sumado a un 26% que obtienen un nivel Promedio bajo en esta misma dimensión, representan resultados a tomar en consideración para ejecutar un programa de intervención.

Palabras claves: *Habilidades sociales, adolescencia, rendimiento escolar, metodología constructivista y metodología preuniversitaria.*

## **ABSTRACT**

This research has as the general objective to determine the level of development of the social skills of the 5th grade students of high school, who belong to the upper third of the school with pre-university methodology at Trilce – Los Olivos.

Our research work is a non-experimental type with a quantitative approach with a cross-sectional, with a descriptive design.

The sample consisted of 77 students, which was selected with an unintentional statistical sampling of which 61% were males and 39% were females.

The instrument that was used was the social scale of Gismero, adapted to the Peruvian population by César Ruiz Alva (2006).

The data were processed by using descriptive statistic of the interpretation of tables and statistical graphs. The results found show us that 28.6% of the students belonging to upper third have a high level in the terms of the development of the global social skill. It should be taken into account that 22% of the students obtained a low level and 19.5% a low average level that is to say if we add these percentages we would be talking about 41.5% with results below the average in terms of global social development.

As for the dimensions “say no and cut interactions” you get a 33.8% that corresponds to a low level and added to 26% that obtain a low average level in this same dimension, represent results to be taken into account to execute a program of intervention.

Key words: social skill, adolescence, school performance, pre-university methodology and constructivist methodology.

## INTRODUCCIÓN

Desde hace muchos años hasta nuestros días, la psicología se ha mostrado muy interesada en el tema de las habilidades sociales, que ya era estudiada por la psicología social con otros nombres y variadas definiciones desde los años treinta y es en los setenta que se consolida el término de habilidades sociales.

Nuestro país no es ajeno a este interés, a pesar de que las investigaciones y los programas de intervención en el tema del desarrollo de las habilidades sociales en nuestra población, sobre todo en la población escolar son pocas, las pocas que hay no se priorizan como debieran.

Primero es necesario poder definir en la medida de lo posible el término de “habilidades sociales” ya que como lo menciona Caballo (1993)

la carencia de una definición aprobada mayoritariamente, la gran diversidad de dimensiones que no terminan de ser establecidas, unos componentes recopilados de acuerdo al criterio de cada investigador y la ausencia de un modelo que guíe la investigación sobre las habilidades sociales, son problemas que lamentablemente aún no tienen solución (p.1)

La conducta socialmente habilidosa es el conjunto de respuestas expresadas de forma verbal y no verbal, no del todo independientes y en situaciones específicas, por medios de las cuales las personas pueden manifestar en un contexto interpersonal lo que necesitan, expresar sentimientos, preferencias, opiniones o derechos sin muestras de temor o inseguridad excesiva y de manera no hostil, respetando todo ello en los demás, que trae como consecuencia el auto reforzamiento y maximiza la probabilidad de conseguir refuerzo externo (Gismero, 2002, p. 14)

Otra definición que se plantea de habilidad social es “las conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los iguales y con los adultos de forma efectiva y mutuamente satisfactoria” (Monjas, 1992, p.29)

Otro término de frecuente uso es el de asertividad, Wolpe, citado por Gísmero, E. (2002, p.10) fue quien utilizó el término *asertivo* por primera vez, y posteriormente, se

fueron haciendo reelaboraciones del concepto y consideraciones sobre los alcances del mismo.

Alberti y Emmons, referidos por Carrillo, G. (2015) fueron quienes por primera vez dedicaron un tema completo acerca del asertividad, mencionan la conducta asertiva como aquella que facilita a una persona a expresarse en defensa a sus intereses, manifestando sentimientos honestos y a defenderse sin ansiedad, haciendo prevalecer los derechos personales sin rechazar los derechos de los demás.

Concluyendo, diríamos que existe coincidencia entre los autores al afirmar que la definición de asertividad es limitada y que podría integrarse a uno más amplio como lo es el de habilidades sociales.

Además del interés por conceptualizar el término, está el interés por el estudio del desarrollo de las habilidades sociales que se proyecta a varios contextos, uno de ellos es la escuela que ofrece al estudiante la posibilidad de adquirir no solo conocimientos, sino actitudes, hábitos y estilos relacionales.

En la escuela un individuo que presente unas adecuadas habilidades sociales y un desarrollo académico dentro o sobre el promedio, tendrá más oportunidades de adaptarse, por eso se requiere que todos los individuos desarrollen de manera adecuada estas habilidades para hacer frente de manera asertiva los diferentes contextos y cambios a los que esté expuesto en este largo camino de aprendizaje constante. Será capaz de trazarse metas y lograr los objetivos propuestos.

Una de las bases teóricas que respalda la importancia de un desarrollo integral para una mejor convivencia en la sociedad, es la que se presenta en el informe Delors (1996), que propone cuatro pilares en los cuales se debería cimentar la educación para el siglo XXI: aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a convivir y aprender a ser.

También la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE 2015) ha presentado el informe, en el que reafirma la trascendencia de las competencias socioemocionales para el éxito de los objetivos trazados y el bienestar personal, así como también cooperar de manera efectiva con los demás y manejar las emociones, siendo estos los factores que ayudarán a la sociedad para afrontar los retos del siglo XXI, especialmente en el caso de la población infantil y adolescente. Según este estudio, el



papel de la escuela es clave para la salud de los jóvenes en edad escolar y para el desarrollo de pautas vitales que pueden afectar a su futuro. Factores como el clima escolar, el nivel percibido de apoyo por parte de los compañeros de clase o la actitud de los profesores y las estrategias de enseñanza-aprendizaje que utilizan contribuyen a disminuir distintas dolencias somáticas y psicológicas. (OCDE, 2016).

Este trabajo de investigación tiene como finalidad identificar si el nivel de desarrollo de las habilidades sociales se ve afectada, influenciada o es característica en el grupo de estudiantes de 5to año de secundaria que pertenecen al quinto superior de un colegio con metodología preuniversitaria.

El trabajo está dividido por capítulos, los cuales se exponen partes de la construcción de la investigación y el programa de intervención desarrollado para el mejoramiento de las habilidades sociales.

La medición de las habilidades sociales se puede clasificar en alto, promedio alto, promedio, promedio bajo y bajo e involucran el desarrollo de factores o dimensiones como lo son: la autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor; expresión de enfado o disconformidad; decir no y cortar interacciones; hacer peticiones con el sexo opuesto; iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

Se desarrollan cinco capítulos en este proyecto. En el capítulo I, se trató de realizar un planteamiento de la realidad problemática lo más claramente posible, que sea comprendido por cada lector despertando su interés en la investigación.

En el capítulo II, brindamos conceptos generales importantes y definiciones operacionales que ayudarán a comprender variables utilizadas y la manera en que serán medidas. La variable a desarrollar será la de **habilidades sociales**. Respecto a las habilidades sociales se explica la dificultad para definir las debido a la gran variedad de términos que se usa para hacer referencia a ellas. A su vez se trata de brindar un panorama acerca de la metodología preuniversitaria, citando autores que están a favor y en contra de ella. También. Además, se plantea los objetivos que orientaran el proceso de la investigación. En el capítulo III se describe la metodología. En el capítulo IV La presentación, procesamiento y análisis de los resultados y concluimos con el capítulo V La Intervención.

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1 Descripción de la realidad problemática**

En nuestro país que persona mayor de 30 años no ha pasado por una academia en su intento por iniciar su camino hacia las aulas universitarias. El auge de estos centros de estudio se hizo notorio en los años 80 y 90. Hasta ese tiempo la mayoría de colegios del Perú apostaba por un currículo orientado a una educación integral, lo cual exige el desarrollo de capacidades cognitivas, afectivas y sociales. Y es con el auge de estas academias preuniversitarias y su metodología, que algunos colegios nacionales y particulares comenzaron a copiar su modelo, y luego se hicieron llamar colegios preuniversitarios, cuya oferta era ofrecer una metodología académica que asegure el ingreso a una universidad pública. Es decir que “nacieron como un puente entre el colegio y la universidad, con la intención de cerrar una brecha” Trahtemberg,, citado por Taipe (2014)

Así mismo Yzusqui y Galdós citados por Villalobos (2017), refieren que hubo un incremento de la demanda de los colegios privados aproximadamente hace diez años. Ambos ejecutivos mencionan que la causa determinante para este incremento, fue la mejora económica del país y el crecimiento demográfico de la clase media emergente, quienes optan por la metodología educativa que ofrecían estos colegios denominados preuniversitarios.

Sin embargo, Vexler (citado por Andina 2017), refiere que muchas veces ese tipo de preparación preuniversitaria hace que en las escuelas se descuide la formación integral que debe ofrecer a los estudiantes, haciendo hincapié en los aspectos relacionados a sus emociones y a la relación con su entorno, factores importantes a su edad. Por lo que su sector incorporó la prohibición de este tipo de enseñanza en la directiva para el Desarrollo del año escolar 2010 en las instituciones educativas de Educación Básica y Técnico Productiva. Ya que existe una clara diferenciación académica entre la formación propuesta por el Diseño Nacional Curricular y la preuniversitaria.

Posteriormente reforzando esta disposición el Ministerio de Educación se pronunció y vetó el uso, divulgación y propaganda de la denominación “centros

preuniversitarios” para todos los centros educativos del estado y los particulares, bajo responsabilidad de los directores. Según se establece en las Normas y Orientaciones para el Desarrollo del año Escolar 2015 en la Educación Básica. La prohibición responde a que el enfoque de “enseñanza preuniversitaria” que ciertos colegios aplican y publicitan, se contradice con el modelo pedagógico que actualmente se aplica en la educación básica regular. Perú 21, (2014)

En el artículo periodístico Vexler citado en Taipe (2014) menciona que “si bien han posibilitado el ingreso de muchos jóvenes en las universidades, también generaron que muchos colegios privados – por seguir sus pasos - no brindarán una formación integral a los alumnos”.

El problema reside en que la persona desde temprana edad va siendo preparado para esta meta, pero es en la secundaria donde es sometido a mayor exigencia académica y expectativas de los padres respecto a su rendimiento, quienes para reforzar esta exigencia eligen matricular a sus hijos en instituciones educativas con metodología preuniversitaria que le aseguren el logro de esa meta y dejan de priorizar el desarrollo de los otros aspectos de la vida del estudiante, como lo es el desarrollo de sus *habilidades sociales*. Estas habilidades, ósea la forma como interactúan con sus semejantes niños, adolescentes y adultos es fundamental en el desarrollo integral del estudiante como lo resalta el Ministerio de Educación, entendiéndose con esto que el sistema educativo no debe centrarse solo en la adquisición de conocimientos sino también en desarrollar las capacidades y habilidades que lo ayuden a hacer frente de manera asertiva a las situaciones adversas que puedan presentarse durante la educación superior y posteriormente en la vida laboral pues condiciona el proceso de socialización.

Teniendo en cuenta esta directiva, para lograr el desarrollo integral del estudiante es necesario resaltar el rol importante que juegan las habilidades sociales en la formación de los individuos y el contexto social donde se desarrollan. La escuela es uno de estos contextos, es el lugar donde los comportamientos sociales de los alumnos y de los profesores, así como la interacción entre ambos son muy importantes para el proceso educativo y rendimiento de cada alumno.

En muchos de los estudios longitudinales sobre habilidades sociales, se ha llegado a concluir que los alumnos que tienen dificultades para interrelacionarse con los demás o

para ser acogidos en su grupo de origen, tienden a evidenciar problemas a largo plazo que tienen que ver con la deserción escolar, la delincuencia y algunos tipos de psicopatología en la edad adulta.

Estas observaciones realizadas tienen su base también en los estudios realizados por La Serna y Beltrán (2009) quienes en sus investigaciones encontraron que los estudiantes llegan a los centros de educación superior sin los conocimientos, las capacidades y las actitudes necesarias para utilizar al máximo el proceso de enseñanza-aprendizaje. Cabe resaltar que un efecto notorio de la ineficaz formación en el sistema educativo ha sido la propagación de los denominados «colegios preuniversitarios» (p. 10)

Los estudiantes universitarios que provenían de colegios con metodología preuniversitaria presentaban mayor dificultad o problemas en la universidad, las características en cuanto a la metodología de la escuela de origen explican el desempeño en la universidad. Además, se identifican otros factores que dan cuenta de dicho desempeño, como el nivel de sociabilización del alumno, las características familiares, entre otros.

Por todo lo expuesto, este trabajo de investigación quiere describir las habilidades sociales que poseen los adolescentes del 5º año de secundaria pertenecientes al tercio superior de un colegio con metodología preuniversitaria, ya que podría considerarse que el hecho de que los estudiantes den prioridad a su desarrollo académico más que nada, haya influido en que el desarrollo de sus habilidades sociales no esté en un nivel óptimo.

Cabe mencionar que la institución educativa Trilce si bien es cierto no tiene la denominación de colegio preuniversitario, ya que el ministerio de educación lo prohíbe, utiliza una metodología o sistema educativo con miras a lograr el ingreso de sus estudiantes y también es verdad que en su plan pedagógico considera también la formación en valores y actividades extracurriculares pero que aún queda mucho por hacer.

Por la información que se ha podido recabar existe un patrón o características particulares que se repiten en este grupo de adolescentes que destacan por promedios altos, y son estas características las que están relacionadas a sus habilidades sociales y alguna de éstas son: se presionan académicamente, son muy competitivos, y en muchas ocasiones priorizan sus estudios a cualquier otro tipo de actividad como las deportivas o

artísticas, se centran tanto en elevar sus promedios académicos que suelen no manejar la frustración de manera adecuada ante una nota que ellos consideran baja.

Por lo tanto:

Considero que el desarrollo de las habilidades sociales son una variable subjetiva a tener en cuenta dentro de la educación integral de los estudiantes.

## **1.2 Formulación del problema**

### **1.2.1 Problema general**

¿Cuál es el nivel de desarrollo de las habilidades sociales en los estudiantes de 5° año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología pre-universitaria Trilce - Los Olivos?

### **1.2.2 Problemas específicos**

- ¿Cuál es el nivel de desarrollo de la habilidad social autoexpresión en situaciones sociales que presentan los alumnos de 5° año de secundaria, pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos?
- ¿Cuál es el nivel de desarrollo de la habilidad social defensa de los propios derechos como consumidor que presentan los estudiantes de 5° año de secundaria, pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos?
- ¿Cuál es el nivel de desarrollo de la habilidad social expresión de enfado o disconformidad que presentan los estudiantes de 5° año de secundaria, pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos?
- ¿Cuál es el nivel de desarrollo de la habilidad social decir No y cortar interacciones que presentan los estudiantes de 5° año de secundaria, pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos?

- ¿Cuál es el nivel de desarrollo de la habilidad social hacer peticiones con el sexo opuesto que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos?
- ¿Cuál es el nivel de desarrollo de la habilidad social iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos?

### **1.3 Objetivos**

#### **1.3.1 Objetivo general**

Determinar el nivel de desarrollo de las habilidades sociales que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos.

#### **1.3.2 Objetivos específicos**

- Describir el nivel de desarrollo de la habilidad social autoexpresión en situaciones sociales que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos.
- Conocer el nivel de desarrollo de la habilidad social defensa de los propios derechos como consumidor que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos.
- Identificar el nivel de desarrollo de la habilidad social expresión de enfado o disconformidad que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos.
- Determinar el nivel de desarrollo de la habilidad social decir No y cortar interacciones que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria,

pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos.

- Describir el nivel de desarrollo de la habilidad social hacer peticiones con el sexo opuesto que presentan los estudiantes de 5° año de secundaria, pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos.
- Explicar el nivel de desarrollo de la habilidad social iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto que presentan los estudiantes de 5° año de secundaria, pertenecientes al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos.

#### **1.4 Justificación e importancia**

Galarza, C. (2012) refiere que el MINSA tiene en la Dirección de Promoción la temática de Habilidades Sociales para la Vida. Sin embargo, a pesar de existir estrategias y lineamientos de política en la etapa de vida adolescente y familia, actualmente se puede advertir que no se están cumpliendo en forma adecuada tanto en el colegio como en la propia familia y comunidad. Lo que conlleva a elaborar nuevas estrategias y programas que faciliten al profesional acercarse de manera efectiva al adolescente y a la familia para orientar y reforzar el desarrollo de habilidades sociales eficaces que ayuden al adolescente a enfrentar los problemas de la vida diaria.

Es importante recalcar que el desarrollo de capacidades a nivel cognitivo, social y emocional, en la educación básica regular, son indispensables para la formación integral del estudiante y por lo tanto son factores que los predisponen al éxito en su futura vida profesional y personal. Este trabajo de investigación desea resaltar la importancia de desarrollar las habilidades sociales en los estudiantes que priorizan su formación académica basada exclusivamente en la obtención de promedios altos.

Es trascendente ya que, en nuestro país a pesar de ser un país en crecimiento económico, rico en biodiversidad y diversidad cultural, terminar con la enseñanza basada en memorizar contenidos y que se muestre repetitiva, pese a que la nueva política curricular busca cambiar esto hace ya varias décadas. Es una lucha constante y uno de los

objetivos de este trabajo es poder proponer y ejecutar un programa de intervención en el lugar donde se realizó la investigación.

La investigación como aporte es, significativa, ya que los colegios con metodología preuniversitaria son un fenómeno educativo que ha tenido gran impacto en nuestro país. La enseñanza preuniversitaria es un concepto poco estudiado y en nuestro medio no tenemos muchas investigaciones que describan la influencia de las metodologías educativas en los estudiantes y si éstas realmente favorecen a los estudiantes en forma integral, más allá del éxito para afrontar un examen de admisión a una universidad pública, teniendo en cuenta que una vez en la universidad, incluso la manera de ser evaluado cambia y la capacidad analítica y pensamiento crítico son protagonistas. Es por eso que se considera muy importante no solo la preparación académica basada en la adquisición de conocimientos sino un desarrollo integral de la persona donde se refuerce todas sus habilidades en forma integral y pueda así terminando su etapa escolar, enfrentar la nueva etapa académica que es la universitaria.

A pesar de las críticas que se pueda realizar a la enseñanza preuniversitaria debemos evitar prejuicios hacia esta metodología ya que esto puede disminuir nuestra objetividad, minimizando el impacto que ha tenido en nuestra sociedad.

Conocer las dificultades por las que no hay un buen desarrollo de habilidades sociales en el adolescente nos permitirá entenderlo y ayudarlo poniendo en práctica un programa de intervención que permita compensar y desarrollar sus habilidades de interacción social, ofreciéndoles oportunidades de ajuste y adaptación en esta etapa de su desarrollo.

Por lo que hay que motivarlos, tomar acciones, implementar técnicas, corregir metodologías de enseñanza o lo que es mejor aún llevar a la práctica lo ya establecido y reconocido desde tiempos pasados a través de investigaciones, estudios, normas de estado, como lo plantea el Ministerio de Educación. Necesitamos formar personas capaces de enfrentar las adversidades y retos en una sociedad donde el adquirir conocimientos es un proceso en continuo cambio.

La formación del individuo se debe dar a lo largo de la vida, convirtiendo la etapa escolar en una oportunidad para desarrollar su potencial, con miras a lograr personas que



no solo obtengan una excelente preparación académica, sino que logren un desarrollo integral, es decir intelectual, emocional, personal y social.

Estas habilidades sociales pueden ser aprendidas, según algunos autores por medio de la observación, la práctica y el refuerzo y pueden ir de las más simples como cumplidos, elogios, saludos, sonreír, etc. hasta las más elaboradas como defender sus derechos, iniciar interacciones, entre otros. Por todo lo expuesto justifico este trabajo, teniendo presente que el desarrollo de habilidades sociales mediante un programa de intervención puede prevenir problemas personales y sociales para la vida futura del estudiante.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL**

#### **2.1 Antecedentes**

##### **2.1.1 Internacionales**

López, M. (2017). Habilidades sociales de los estudiantes de secundaria que participan en el taller de teatro de un colegio privado de secundaria, de la ciudad de Guatemala. Esta investigación planteó como objetivo general determinar las habilidades sociales de los alumnos del nivel secundaria que participaban en un taller de teatro, además la investigación facilitó establecer el nivel global y específico de las habilidades sociales de los sujetos participantes, así como establecer los resultados según el género, la edad, la jornada escolar y los años de pertenencia en dicho taller. Se seleccionó a 52 (31 mujeres y 21 hombres) estudiantes de secundaria entre los 13 y 17 años de ambos turnos escolares, y que estuviesen matriculados en el taller de teatro 2017 y que tuvieran no menos de 2 años de pertenecer al grupo. La investigación fue descriptiva de tipo cuantitativa, no experimental, de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2010) y se utilizó el instrumento estandarizado, Escala de habilidades sociales (EHS) de Gismero (2000). Según los resultados obtenidos, se observó diferencia en las habilidades sociales según el género, siendo el género femenino quien obtuvo los mejores resultados. En cuanto a las habilidades sociales según la jornada escolar a la que pertenecen, el turno de la mañana obtuvo un mejor resultado al obtener un nivel arriba del promedio. Con relación a las habilidades sociales de los alumnos que participan en el taller de teatro Javier, en función a los años de pertenencia al grupo, se encontró que los sujetos con mayor edad de permanencia, obtienen mejores resultados que aquellos que recién se incorporan al taller. Además, los jóvenes de 15 y 17 años fueron aquellos que obtuvieron mejores habilidades sociales, esto es en relación a la edad.

Mudarra, M; García – Salguero, B. (2016). Habilidades sociales y éxito académico: expectativas de los profesores de educación secundaria.

El objetivo de la investigación fue comprender cuáles son las habilidades sociales (HHSS) consideradas resaltantes por los docentes de Enseñanza Secundaria (ES) para el mejor desenvolvimiento académico de los estudiantes. En una muestra de 198 profesores españoles (centros públicos, privados y concertados) se analizan las HHSS evaluadas como críticas mediante el Social Skills Improvement System-Rating Scales (SSIS-RS) así como la significatividad de las relaciones entre características del profesor y dichas HHSS –pruebas de Chi-Cuadrado, Mediana, Kruskal-Wallis y U de Mann-Whitney-. Se confirma que en ES no hay HHSS poco valoradas por los profesores como para el éxito académico, resultan todas significativamente críticas, resultando de más a menos importantes la Cooperación, Responsabilidad, Extroversión, Aserción, Comunicación, Autocontrol y Empatía. Finalmente, se obtienen mínimas diferencias en HHSS según la formación educativa del profesor y sus años de experiencia. Se detectan algunas diferencias en función del género –las profesoras valoran más la Comunicación, Aserción, Autocontrol y Extroversión-. Se discuten implicaciones, limitaciones del estudio y futuras investigaciones.

Cabrera, V. (2012). “Desarrollo de habilidades sociales en adolescentes varones de 15 a 18 años del centro Municipal de formación artesanal Huancavilca de la ciudad de Guayaquil”. Este trabajo de investigación es no experimental, centrado en el estudio del desarrollo de las habilidades sociales de los adolescentes varones de 15 a 18 años. Se abordó esta temática con una metodológica de enfoque mixto con diseño de dos etapas, en que se utilizó la modalidad de transformación de un tipo de dato en otro, debido a que este modelo investigativo permitía el conocimiento integral del fenómeno del cual es objeto este estudio. Se utilizó para esto una muestra no probabilística de sujetos tipo. La investigación fue transversal, debido a que recabó información en un momento único y en base a esa información se elaboraron los resultados. Los instrumentos usados fueron la Lista de Chequeo de Habilidades Sociales de Goldstein y el Test de Asertividad de Rathus. Como resultado, se hizo evidente el nivel deficiente de desarrollo de habilidades sociales de los adolescentes varones, así como su poco nivel de asertividad.

Campo, L.; Martínez, Y. (2009). “Habilidades sociales en estudiantes de psicología de la Universidad privada de la Costa del Caribe Colombiana”. El objetivo principal de la investigación es identificar el nivel de Habilidades sociales de los alumnos que inician su primer semestre del Programa de Psicología, para más adelante determinar el efecto de un Plan de Intervención. El estudio es descriptivo, participaron 128 universitarios de diferente sexo, seleccionados intencionalmente y se aplicó el Cuestionario de Dificultades Interpersonales (Eceiza, Arrieta y Goñi, 2008). En conclusión, los resultados generales indican que las mujeres logran mejor desempeño al hacer y rechazar peticiones, interactuar con amigos y compañeros y los hombres en interactuar con personas que atraen; los mayores interactúan mejor con personas desconocidas y personas que atraen, los de edades entre 19 y 20 años interactúan mejor con amigos y compañeros; la muestra en general, necesita mejorar en sus relaciones familiares.

Fernández, M. (2007). Habilidades sociales en el contexto educativo. El fin del presente trabajo de investigación fue dar a conocer como el proceso educativo incorpora y evalúa el desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes de cuarto año de enseñanza media de las especialidades de Secretariado y Ventas del Instituto Superior de Comercio de Chillán. Obteniendo como resultados que existe poca consideración de las habilidades sociales en el marco curricular de la institución educativa porque se piensa que la escuela es principalmente académica y las habilidades sociales se dan de manera natural o por simple instrucción verbal, sin necesidad de usar un proceso sistemático y por ello es responsabilidad principalmente de la familia.

Llanos, C. (2006). Efectos de un programa de enseñanza en habilidades sociales. Donde concluye que los 22 alumnos que participaron en el programa mejoraron significativamente sus habilidades sociales con respecto al grupo control. Así pues, vieron aumentada su competencia en: obedecer más normas y reglas, compartir más con sus compañeros, resolver problemas y ver mejorado su rendimiento académico.

Ramírez, M. (2005). Conceptualización y medición de las habilidades sociales en un contexto universitario mexicano. La finalidad de este trabajo fue realizar un estudio exploratorio y descriptivo de la aserción y las habilidades

sociales en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos usando la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Elena Gismero González, cuyo índice de confiabilidad alfa de Cronbach es de  $r = 0.884$ . La administración de la escala fue hecha a un grupo de 40 estudiantes universitarios de la carrera de psicología, en abril de 2005, siendo el 72.5% mujeres (29) y el 27.5% hombres (11), cuyas edades fluctuaban en un rango de 18 a 27 años con una media de 20.6 años y una desviación estándar de 1.72. Del total de 40 sujetos, el 55% (21) estaba cursando el cuarto semestre y el 45% (19) el sexto semestre. Los resultados, aunque importantes como descriptores de los dos grupos, resultan estadísticamente significativos únicamente en cuanto a la subescala de hacer peticiones.

Oyarzun, y Colaboradores (2012). Habilidades sociales y rendimiento académico: Una mirada desde el género. La finalidad del artículo es de estudio de relacionar la variable de esta investigación como son habilidades sociales y el rendimiento académico. Metodología de la investigación realizada de tipo no experimental de corte transversal, correlacional también lo realizó con una muestra de 245 estudiantes de secundaria a un 65,7% en mujeres, aun 34,3% en varones del último año y a un 35%, los instrumentos que utilizaron fueron el inventario de habilidades sociales para adolescentes, test sociométrico y rendimiento académico. Los resultados obtenidos mostraron que a este respecto en las mujeres no se puede encontrar conexión en cuanto a sus habilidades sociales y aceptación de grupo a esto elementos no está asociada la capacidad de cómo gestionar adecuadamente la relación social así mismo en los varones no existe relación de habilidades sociales y rendimiento académico por el contrario refiere sobre el éxito escolar ya que no parece estar vinculado con su éxito social.

### **2.1.2 Nacionales**

En el Perú se han realizado investigaciones sobre el tema de las habilidades sociales y su importancia en el desarrollo integral de los alumnos de nivel primaria, secundaria y educación superior. También en otros contextos como el familiar, laboral, etc.

Alcántara, M. (2017). Nivel de habilidades sociales en estudiantes de la academia pre universitaria APPU del distrito de El Agustino. El siguiente trabajo

de investigación señala como objetivo general el determinar el nivel de habilidades sociales en estudiantes de la academia pre universitaria APPU del distrito de El Agustino, 2017. Esta investigación, de tipo descriptiva, diseño no experimental y corte transversal. El instrumento utilizado fue la Escala de Habilidades Sociales (EHS) de Elena Gismero, adaptada a la población peruana por el psicólogo César Ruiz Alva. El procesamiento de la información se dio mediante el programa Excel y SPSS 22. La muestra estuvo conformada por 80 estudiantes adolescentes. Los resultados obtenidos manifiestan, que el 44% presentan un nivel deficiente, el 25% un nivel bajo, el 15% un nivel óptimo, el 14% un nivel alto y el 2% un nivel normal, lo que significa que un gran porcentaje de estudiantes poseen muy pocas habilidades sociales, observadas en todas las dimensiones, resultados que se tomaron en cuenta para la elaboración del programa de intervención.

Collantes, N. (2017). Socialización parental y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de colegios particulares del distrito de Puente Piedra. Este trabajo es una investigación no experimental, de tipo sustantiva-descriptiva, de diseño transeccional y correlacional, cuyo principal objetivo es conocer la relación existente entre la socialización parental y las habilidades sociales en una muestra de 251 estudiantes de educación secundaria de colegios particulares del distrito de Puente Piedra. La técnica de muestreo es no probabilística de tipo intencional. Los instrumentos son la Escala de Socialización Parental en la Adolescencia de Musitu y García (2004) y la Escala de Habilidades Sociales de Gismero (2000). Los resultados indican que el estilo de socialización parental autoritativo es el que obtiene mayor porcentaje en la muestra evaluada y que el nivel medio es el que caracteriza a las habilidades sociales. Además se encuentra una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la dimensión aceptación/implicación de la socialización parental de la madre y las habilidades sociales ( $r = .176$ ,  $p < .01$ ) y una correlación negativa y significativa entre la dimensión coerción/imposición de la madre y las habilidades sociales ( $r = -.212$ ,  $p < .01$ ). No halla correlación entre las dimensiones de socialización parental del padre y las habilidades sociales ( $p > .05$ ).  $p > .05$ .

Aguilar, P. (2017). Funcionalidad familiar y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de instituciones educativas públicas del distrito de

Nuevo Chimbote. Para esta investigación se contó con una muestra de 300 estudiantes, a quienes se aplicó la Escala de Evaluación de Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III), propuesta por Olson (1985) y adaptada a Perú por Aguila y Bazo (2014); y la Escala de Habilidades Sociales, propuesta por Gismero (2000) y adaptada a Perú por Ruiz (2006). Cuando analizamos los resultados se halló una correlación negativa muy baja de  $-0,057$  entre las habilidades sociales y la cohesión of funcionalidad familiar, y encontramos una correlación negativa muy baja de  $-0,034$  entre habilidades sociales y la adaptabilidad del funcionamiento familiar. Además en cuanto a los tipos de cohesión el 36% de la población es del tipo separada, y en cuanto a los tipos de adaptabilidad encontramos que el 31% de la población es del tipo estructurada. Con respecto a las habilidades sociales, el 47,6% de la población se encuentra en un nivel bajo.

La Serna y Beltrán (2017). mencionados por el Comercio refieren en su investigación que hay diferentes tipos de variables que afectan el rendimiento académico de los universitarios y que vienen arrastrando desde el colegio. La Serna y Beltrán indican que – por ejemplo – el nivel de rendimiento escolar, el tipo de formación que recibió en el colegio (tradicional o preuniversitaria), se convierten en factores académicos determinantes del desempeño del alumno en la universidad.

Verde, R. (2015). Taller Aprendiendo a convivir para el desarrollo de habilidades sociales en los alumnos de 1º año de secundaria de la I.E Víctor Raúl Haya de la Torre – El Porvenir – Trujillo. La siguiente investigación tiene como fin determinar en qué medida el Taller Aprendiendo a Convivir desarrolla habilidades sociales en los alumnos. Se utilizó el método inductivo-deductivo, el diseño es pre experimental, la población estuvo conformada por 43 alumnos y la muestra fue de 21 estudiantes pertenecientes al primer grado de educación secundaria. A todos ellos se les aplicó un pre y postest, consistente en 50 ítems. Después de la aplicación del Taller Aprendiendo a Convivir, se incrementó significativamente en 42.0 puntos, entre el nivel promedio de la habilidad social general pretest (135.4 puntos) vs el nivel promedio de la habilidad social general postest (177.4 puntos) en los alumnos. Donde se observa que, en dichos estudiantes, antes del desarrollo

del taller el 66.7% de los estudiantes se encontraban en el nivel Inicio, el 23.8% en el nivel Proceso, el 9.5% en el nivel Logrado y ninguno en el nivel Logro Destacado; pero después del desarrollo del Taller y por efectos del mismo tenemos que solo el 4.8% se ubicaron en el nivel Inicio, el 57.1% en el nivel Proceso, el 19% en el nivel Logrado y el 19% en el nivel Logro Destacado.

Díaz, E.; Jáuregui, C. (2014). Clima social familiar y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa – Bagua Grande. El siguiente trabajo de investigación, tuvo como finalidad precisar la relación significativa entre las dimensiones de Clima Social Familiar y las habilidades sociales en estudiantes. La población fue de 95 estudiantes de 15 a 17 años de edad. Para ello, se utilizó la Escala de Clima Social Familiar (FES), de Moos y Trickett (1984) y la Escala de Habilidades Sociales (EHS), de Gismero (2000). La investigación es de tipo descriptivo correlacional; los resultados del tratamiento fueron procesados y tabulados para su introducción al software estadístico del SPSS versión 19. Por tanto, se concluyó que no existe relación significativa entre las dimensiones del Clima Social Familiar y las Habilidades Sociales. Con lo que respecta al Clima Social Familiar las dimensiones de Relación y Estabilidad se ubican en un nivel promedio, mientras que la dimensión de Desarrollo en un nivel con tendencia a buena. Por otro lado, existe de acuerdo a los resultados un nivel bajo en cuanto a las habilidades sociales. Finalmente, cabe resaltar la relación significativa entre la dimensión Relación de Clima Social Familiar y el factor Expresión de enfado o disconformidad de las Habilidades Sociales.

Cieza, C. (2013). Nivel de desarrollo de las habilidades sociales en los adolescentes de secundaria de la I.E. Industrial Santiago Antúnez de Mayolo n°3048 del distrito de Independencia. El siguiente trabajo de investigación tuvo como finalidad encontrar en nivel de desarrollo de las habilidades sociales en cada una de sus dimensiones (asertividad, comunicación, autoestima y toma de decisiones) en los adolescentes. La investigación fue de tipo descriptivo y de corte transversal, la población estuvo constituida por 432 alumnos adolescentes del nivel secundario entre 12 y 17 años de edad. Se aplicó el test de habilidades sociales, el cual es un instrumento de tipo Likert. En los resultados se aprecia que adolescentes presentaron un nivel promedio alto (26%) en cuanto a sus habilidades sociales a



nivel general; sin embargo en cuanto a las dimensiones se pudo encontrar que en el área de la asertividad obtuvieron un nivel alto (28.7%); en el área de la comunicación obtuvieron un nivel promedio bajo (29.1%), siendo este el más resaltante entre todas las áreas; en el área del autoestima obtuvieron un nivel promedio (30.5%); en el área de toma de decisiones obtuvieron un nivel promedio (32.4%).

Zabala, Valadez y Vargas (2008). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. El siguiente trabajo de indagación, tuvo como fin señalar la relación entre la inteligencia emocional, habilidades sociales en adolescentes con aceptación social alta. La muestra estuvo conformada por 62 adolescentes que se encontraba entre los 13 a 16 años. El grupo de comparación estuvo formado por 192 mujeres y 139 hombres, que se encontraban entre los 12 a 15 años. Los instrumentos a utilizar para la recolectar los datos fueron el Inventario de Cociente Emocional y la Escala de Habilidades Sociales de Elena Gismero. En relación a los resultados se aprecia que el grupo con alta aceptación social obtuvieron mejores puntuaciones en las áreas de la Inteligencia Emocional. Además, se halló relación entre la Inteligencia Emocional y las Habilidades Sociales, ya que se hallaron correlaciones positivas entre la mayoría de los factores que las componen. Las puntuaciones elevadas de Inteligencia Emocional en los alumnos con alta aceptación social son coherentes con los modelos teóricos y los hallazgos encontrados en otros estudios. Se encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre los factores de la IE y las Habilidades Sociales que ponen de manifiesto la relación parcial que existe entre estos constructos; sin embargo, se puede notar puntuaciones bajas obtenidas por los adolescentes con alta aceptación social en el área de habilidades sociales.

## **2.2 Bases Teóricas**

Existen diferentes teorías que sostienen la explicación de las habilidades sociales, para nuestro trabajo nos interesa:

### **2.2.1 Teoría del aprendizaje sociocultural Lev Vygotsky**

Fundamenta que el aprendizaje se realiza a través de procesos de desarrollo internos que solo se activan cuando el niño se relaciona con personas de su medio

y con sus pares, por lo que el apartar al individuo de la influencia social es algo inevitable.

Por lo que el medio donde se desplaza el individuo es fundamental para el aprendizaje. Toda actividad ocurrida en el desarrollo sociocultural del niño aparece en dos planos: primero en el plano social y posteriormente en el psicológico; por lo tanto, el desarrollo cognitivo requiere de la interacción social con los otros miembros del grupo. Vygotsky (1979) sostiene que los primeros niveles de conocimiento se inician a un nivel interpersonal: en un principio se da entre el niño y el adulto y posteriormente mediante una interacción social continua. Pues la unión de los factores sociales y psicológicos posibilita y estimula el aprendizaje.

Por lo tanto, podemos afirmar que el sujeto es eminentemente social y el conocimiento igualmente es un producto social. Visto desde esta perspectiva, el ambiente social tiene una fuerte influencia sobre la estructura del pensamiento propio, y las capacidades cognitivas pueden ampliarse gracias a las interacciones más amplias, estructuradas y de mejor calidad con otros individuos. El entorno sociocultural juega un papel preponderante en el desarrollo cognoscitivo del hombre desde edades tempranas, por lo que hay mayor perfeccionamiento de procesos mentales a mayor interrelación social.

En este ámbito, se hacen más difíciles las interacciones sociales conforme el niño avanza hacia la adolescencia. La mayor parte del tiempo suele pasarla con amistades, y se incrementa las relaciones con sus contemporáneos. Aun cuando los amigos se tornan importantes, la familia, los parientes continúan siendo una influencia significativa para los adolescentes. A decir verdad, los niños y adolescentes desarrollan habilidades como la comunicación la empatía, la asertividad, tomando como modelo las personas que son importantes para ellos.

Por eso es importante una mediación social en vez de individual, en el reconocimiento del lenguaje, los símbolos y el contexto sociocultural como herramientas para propiciar el desarrollo, y no el traspaso de información lineal, y presentada históricamente, fuera de contextos significativos. Es así que los elementos mencionados pudieran ser claves para guiar los procesos de enseñanza y aprendizaje inmersos en una nueva estructura psicosocial que le permita al niño y

al adolescente adecuarse con más facilidad y a la vez lograr la preparación para hacer frente a los constantes cambios de las sociedades actuales.

Entonces, en la interacción social, el niño aprende a normalizar sus procesos cognitivos a partir de las indicaciones y guía externa de los adultos y en general de todos con los que se relaciona este proceso de interiorización que el niño realiza es gracias a la regulación interpsicológica, para luego transformarse gradualmente en algo que él mismo pueda manejar, sin necesidad de ayuda, es decir la regulación intrapsicológica. Estos conceptos referidos a las funciones psico intelectivas conforman la renombrada Ley de la Doble Formación de los Procesos Superiores.

En conclusión, el planteamiento dialéctico de Vygotsky citado en Vielma y Salas (2000), supone que el desarrollo es la causa de las relaciones que se establecen entre las personas en proceso de aprendizaje y los otros sujetos mediadores de la cultura. Por lo que, la educación representa uno de los pilares más trascendentes para el desarrollo de toda la especie humana, al resaltar la conexión entre los factores a nivel social, cultural e histórico, y su influencia en el desarrollo intrapsíquico. Su planteamiento central se puede extender a las instituciones sociales, sobre todo a la escuela, con sus herramientas, sistemas de símbolos y conceptos. A través del tiempo las personas han ido desarrollando en las diversas culturas estos productos que, tienen un gran prestigio y autoridad sobre la construcción de la cultura, y que se expresa en diversas formas de comportamiento, influyendo en el desenvolvimiento de la mente colectiva, y a la vez, estos nuevos niveles conforman un complicado sistema de conducta individual.

### **2.2.2 Teoría del aprendizaje social Albert Bandura**

Bandura citado por Vielma, (2000) afirma que desde la infancia desarrollamos respuestas a los modelos que la sociedad nos ofrece. Los padres son los primeros referentes para el individuo, es en el hogar donde aprendemos el lenguaje y adquirimos hábitos sociales por las costumbres y los comportamientos aceptados por la cultura. La gente que no acata las normas culturales ha aprendido su conducta de la misma manera que todos los demás. En este caso, las personas

que actúan en contra las normas o lo que determina la cultura son las que han decidido seguir los modelos que la sociedad censura.

Además, Bandura es un crítico severo del tipo de sociedad que ofrece a sus niños modelos erróneos, en particular los ejemplos de la conducta violenta, que son la norma en televisión, películas y juegos de vídeo. Su investigación muestra con claridad el efecto de los modelos sobre el comportamiento. Por eso resulta fácil pensar que podríamos llegar a realizar actos violentos en el caso de que se esté expuesto a modelos animados agresivos. Es así que las características de los modelos también influyen en nuestros deseos de imitarlos. En la vida real, podemos recibir mayor influencia de alguien que se parece a nosotros que de alguien que difiere de nosotros en formas evidentes y significativas.

Resulta más probable que copiemos la conducta de una persona del mismo sexo que con una del opuesto. Asimismo, es más probable ser influenciados por modelos de nuestra edad. Y más de los que parecen haber resuelto con éxito los problemas que enfrentamos son modelos muy influyentes.

Además, las características de los espectadores también determinan la efectividad del aprendizaje. Es decir, las personas con características de poca valoración hacia sí mismas, están más predispuestas a imitar la conducta de un modelo que sus contrapartes. Nuestros padres representan nuestros referentes iniciales de estándares internos de la conducta y junto a ellos nuestros maestros.

A medida que el mundo del niño se expande la influencia de los padres pierde fuerza ya que admite otros modelos, como los hermanos, los compañeros y otros adultos. Es así, que el modelo observado se convierte en un poderoso instrumento.

Según Bandura citado por Vielma, (2000), “el modelado no sólo es un importante vehículo para la difusión de las ideas, valores y estilos de conducta dentro de una sociedad, sino que también tiene el poder de generalizar su influencia en los cambios transculturales.” (p. 36).

Estas ideas afianzan el modelo que Bandura denomina la reciprocidad triádica, donde la acción, la cognición y los factores ambientales, actuando en

forma conjunta para generar los cambios psicológicos, necesarios en el proceso del aprendizaje. Bandura citado por Vielma, (2000).

Se puede afirmar en base a las premisas anteriores que las personas aprenden por medio de la observación e imitación de las conductas más importantes para él y lo hace mediante de la observación intencional. La importancia de este aporte es que presenta al desarrollo como resultado de los procesos de socialización y autorregulación por parte del individuo.

En la investigación de Lacunza y Contini (2011) refieren lo siguiente

Este modelo planteado por Bandura combina elementos de los paradigmas Conductista y Cognitivo al conjugarse en una perspectiva cognitivo-conductual. Sostiene que la interacción social va a depender no sólo de lo efectivo de la relación entre distintos actores sociales, sino que en las relaciones sociales también intervienen actitudes, valores, creencias, habilidades cognitivas y estilos de interacción.

La meta de Bandura al desarrollar su teoría cognoscitiva social fue modificar o cambiar aquellas conductas aprendidas que la sociedad considera inaceptables.

### **2.2.3 Enfoque de habilidades sociales de Gismero**

Según Gismero (2002) refiere:

Que es importante explicitar la conducta asertiva como rasgo versus respuesta con especificidad situacional. También incluye en la definición de conducta asertiva la consecución de reforzamiento externo no depende exclusivamente de la actuación del individuo, aunque esta actuación sea totalmente correcta, son los demás los que ejecutarán o no, los refuerzos. Es cierto que, si se actúa respetando las necesidades de los demás, teniendo en cuenta sus opiniones, preferencias y sentimientos se incrementarán la posibilidad de que el individuo obtenga refuerzo del ambiente, pero no hay la certeza de que esto suceda. Sin embargo, lo que necesariamente se obtiene ante una autoexpresión asertiva es la obtención de auto refuerzos (p.15).

Para Gismero (2002) esta definición estaría de acuerdo con lo que algunos autores han venido llamando conducta asertiva y con lo que otros prefieren llamar habilidad social.

Se define a la conducta asertiva como un conjunto de habilidades aprendidas que un individuo utiliza en un contexto interpersonal, estas habilidades son específicas. La persona será capaz de manifestarlas o no según sus características personales y los factores del ambiente. Una definición del comportamiento asertivo implica la especificación de una dimensión conductual, una dimensión cognitiva y una dimensión situacional, dentro de un contexto cultural (Gismero, 2002, p. 15)

Como lo menciona Gismero, E. (2002, p. 29) las habilidades sociales tienen seis componentes que a continuación se detallan:

- Autoexpresión de situaciones sociales. Este factor se muestra en la capacidad y facilidad para las interacciones, así como para expresarse de manera fluída, natural y sin ansiedad y que pueda darse en diferentes tipos de situaciones sociales, en el centro laboral, tiendas, lugares oficiales, la escuela, en grupos y reuniones sociales, etc.
- Defensa de los propios derechos como consumidor. Tiene que ver con la facilidad para expresar cuando se es necesario la defensa de los propios derechos en situaciones de consumo, como por ejemplo no dejar “colarse” a alguien en una fila, exigir un buen servicio en una tienda, pedir a alguien que habla en el cine, que se calle, pedir descuentos, solicitar que se cambie un objeto defectuoso, etc.
- Expresión de enfado o disconformidad. Indica la habilidad para evitar conflictos, capacidad de mostrar enojo sin lastimar a la otra persona, así como poder manifestar sentimientos negativos que pudiesen estar justificados sin ofender, ni agredir, preferir no callarse cuando algo le molesta (sean amistades o familiares).
- Decir no y cortar interacciones. Se expresa en la habilidad para terminar una relación de cualquier tipo y poder negarse a algo que no se quiera aceptar,

como cuando te invitan algo o te piden algo; poder cortar interacciones a corto o largo plazo sin remordimientos y sin ofender a la otra persona.

- Hacer peticiones. Habilidad para solicitar lo que se desee o necesite a los demás, por ejemplo, cuando se pide un favor, expresar con facilidad las necesidades físicas, emocionales o materiales.
- Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto. Se expresa mediante la iniciativa para poder iniciar una conversación o relación que pueda o no mantenerse con el sexo opuesto (una conversación, pedir una cita).

## **2.3 Habilidades Sociales**

### **2.3.1 Historia del constructo de Habilidades Sociales**

Los inicios del movimiento de las habilidades sociales se podrían remontar a los años 30, cuando, desde la psicología social ya se estudiaba la conducta y desarrollo social en niños y se identifica, lo que hoy llamamos asertividad: ser responsable, buscar aceptación social, etc., como conductas sociales importantes en el desarrollo del niño. Phillips y Williams citados en Gismero (2002)

A Salter citado en Gismero (2002), se le atribuye los primeros conceptos sobre habilidades sociales. Quien hizo uso de dichas palabras en su libro Condition Reflex Therapy .

Ballesteros (1994) señala que muchos autores están de acuerdo en afirmar la dificultad para dar una definición de habilidades sociales, y que una de las principales causas sería la variación terminológica respecto al término de habilidades sociales, se puede encontrar en la literatura especializada términos como habilidades de interacción, conducta asertiva, destrezas sociales, habilidades interpersonales, competencia social, inteligencia interpersonal, etc.

Para Caballo (1993), las dificultades para definir las habilidades sociales son: la cantidad de investigaciones y publicaciones que han utilizado diversos términos para referirse a este concepto, especialmente la utilización del término conducta asertiva, que fue reemplazado por el uso de “habilidades sociales”.

La dependencia de los comportamientos socialmente aceptados está en función del contexto social y cultural, el nivel educativo y las diferencias individuales, esto imposibilita establecer un solo criterio de lo que es aceptado como definición para las habilidades sociales.

A pesar de que no hay criterios absolutos, una conducta que sea identificada como habilidad social sería la que facilita a un individuo relacionarse satisfactoriamente con las personas de su entorno, debido a esto muchas definiciones como, Kelly; Linehan; Rich y Schroeder; Wolpe y Lazarus citados en Gismero (2002) se han centrado más en el aspecto de afectividad, adecuación o satisfacción producido por la conducta ante una situación.

Para Gismero, el uso de las consecuencias como criterio ha presentado las siguientes dificultades:

- a) El criterio de si la conducta es o no efectiva está relacionada con los objetivos, valores y puntos de vista de quien la juzga.
- b) Las conductas no habilidosas (por ejemplo, interrumpir a una persona cuando habla) o antisociales (golpear a una persona) pueden tener consecuencias reforzadoras.
- c) Se debe considerar también que ante una conducta adecuada se puede no obtener un refuerzo, y esto depende de que los demás lo den o no.

Cabe mencionar que una dificultad más es el de diferenciación entre conducta asertiva y agresiva, en este sentido Wolpe citado en Gismero (2002) basa su distinción en normas sociales, la asertividad es definida como “socialmente apropiada” y la agresión como “socialmente rechazada”.

Alberti y Emmons citado en Gismero (2002) señalan las consecuencias de las conductas asertivas, no asertivas y agresivas. Haciendo uso de un comportamiento agresivo se puede alcanzar objetivos, pero esto tendrá como consecuencia que otra persona salga afectada, por el contrario, si se utiliza la conducta asertiva no se llega a afectar negativamente a nadie.



En el manual Escala de habilidades sociales se habla de la importancia de mencionar la conducta asertiva como rasgo versus respuesta con especificidad situacional. Se incluye también en el concepto de conducta asertiva la consecución de reforzamiento externo, es decir no depende netamente de la acción del individuo, aunque esta acción sea totalmente correcta, son los demás los que ejecutarán o no los refuerzos. Muy cierto que, si se actúa con respeto ante las necesidades de los demás, considerando sus opiniones, preferencias y sentimientos habrá más probabilidades de que se obtenga refuerzo del ambiente, pero no hay la certeza de que esto suceda. Sin embargo, lo que necesariamente se obtiene ante una autoexpresión asertiva es la obtención de auto refuerzos (Gismero, 2002, p. 13)

Para Gismero (2002) algunos autores han venido llamando conducta asertiva, a los conceptos ya planteados y otros prefieren llamar habilidad social. Se define a la conducta asertiva como un conjunto de habilidades aprendidas que un individuo utiliza en un medio interpersonal, estas habilidades son específicas. La persona será capaz de expresarlas o no según sus características personales y los factores del ambiente.

Lazarus citado en Gismero (2002, p.15) separó las conductas asertivas en las siguientes respuestas: Capacidad para decir no, capacidad para expresar sentimientos positivos y negativos, capacidad para iniciar, mantener y terminar conversaciones.

Posteriormente se propusieron varias clases de respuestas verbales, las cuales están muy relacionadas con las categorías mencionadas por Lazarus. Entre ellas tenemos: defensa de los propios derechos, hacer peticiones, rechazar peticiones, hacer cumplidos, aceptar cumplidos, expresión de sentimientos positivos, expresión de opiniones personales, expresión justificada de pensamientos negativos, solicitar cambios de conducta, disculparse y manejar las críticas.

Volviendo entonces a los acuerdos en cuanto a las definiciones, Tower citado en Camacho (2012) señaló ciertamente; que no puede haber un criterio absoluto ni universal para la conceptualización de “habilidades sociales”, ya que

los contextos y realidades varían. Ello va a estar sujeto a la edad, sexo, familiaridad, objetivos, el entorno o situación social poniendo en práctica determinadas conductas. Por este motivo delimitamos el campo de esta investigación, al uso del término de “Habilidades sociales” o “asertividad” ya que como hemos referido en nuestros antecedentes históricos este término puede incluir a todos los demás.

### **2.3.2 Concepto de habilidades sociales**

Para nuestra investigación tomaremos el concepto al que hace referencia **Gismero (2002):**

La conducta asertiva o socialmente habilidosa es el conjunto de respuestas que se dan en forma verbal y no verbal, parcialmente independientes y situacionalmente específicas, a través de las cuales una persona expresa en un contexto interpersonal sus necesidades, sentimientos, preferencias, opiniones o derechos sin ansiedad excesiva y de manera no hostil, respetando todo ello en los demás, que trae como consecuencia el auto reforzamiento y maximiza la probabilidad de obtener refuerzo externo. (p. 14)

Otro planteamiento sobre el concepto de habilidades sociales es la que hace Gismero (2002) definiendo la conducta asertiva como un conjunto de habilidades aprendidas que un individuo utiliza en un medio de relación con otras personas, estas habilidades son específicas. El sujeto estará en la capacidad de manifestarlas o no según sus características personales y los factores del ambiente. Una conceptualización de la conducta asertiva conlleva el detallar la dimensión conductual, una dimensión cognitiva y una dimensión situacional, dentro de un contexto cultural (p.15)

Otros autores definen habilidades sociales de la siguiente manera:

Para Caballo citado en Fernández (2007) y Carrillo (2015):

Es el conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo, de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas

en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problema (p.6)

Por otro lado, Monjas citado en Fernández (2007) define las habilidades de interacción social o habilidades sociales como “las conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los iguales y con los adultos de forma efectiva y mutuamente satisfactoria” (p.45)

### **2.3.3 Adquisición de habilidades sociales**

No existe información definitiva de cómo es que se empieza a aprender las conductas habilidosas, pero no queda duda de que es la niñez un periodo importante. En este sentido, numerosas investigaciones García, Rodríguez, & Cabeza; Pérez & Santamarina; Sanz, Sanz, & Iriarte; Sánchez; Torbay, Muñoz, & Hernández; Rosa et al. citados en Cabrera (2013) afirman haber hallado una relación fuerte entre la expresión de conductas sociales adecuadas en la infancia y posteriormente en la vida adulta, que se puede observar en su desarrollo social, académico y psicológico.

No solo la infancia se considera un periodo crucial para el desarrollo de las habilidades sociales, debido a que, en etapas posteriores del desarrollo, también se han encontrado el surgimiento y modificación de habilidades.

Es así como en la adquisición de las habilidades, la mayor parte de los investigadores afirman que su desarrollo surge normalmente como consecuencia de varios mecanismos básicos de aprendizaje. De los cuales resaltan: el reforzamiento positivo directo, el modelado o aprendizaje observacional, el feedback.

Con la interacción social, no solo se adquieren nuevas habilidades sociales, sino que algunas ya establecidas desaparecen, dando lugar a comportamientos sociales poco habilidosos. Fernández citado en Cabrera (2013) elaboró una lista de los factores que pueden explicar la adquisición de comportamientos sociales inadecuados, y para su mejor entendimiento, han sido clasificados en tres grupos, los cuales se detallan a continuación:

### **Ausencia del desarrollo de las conductas habilidosas.**

- El repertorio conductual de la persona no cuenta con un bagaje de conductas adecuadas porque no las aprendió o en su lugar aprendió conductas no adecuadas.
- La persona pudo encontrarse aislada de los demás (familiares, amigos, etc.) por cuanto no tuvo la oportunidad de utilizar o reforzar sus habilidades de interacción.

### **Características personales en el momento de la interacción.**

- Cuando el sujeto pueda no mostrar interés por iniciar o mantener interacciones sociales.
- La persona no logra discernir en forma efectiva las condiciones en que una respuesta determinada probablemente sería efectiva.
- El individuo siente cierta inseguridad acerca de sus derechos, no está segura de ellos o piensa que no tiene derecho a responder adecuadamente.
- La persona siente ansiedad relacionada a las interacciones sociales que dificultan su accionar.

### **Influencia del medio.**

- El sujeto manifiesta temor de las consecuencias probables de realizar una conducta habilidosa.
- Es probable que exista algún tipo de restricción que no permita que el sujeto pueda manifestarse de forma positiva o se lo castigue si lo hace.
- No siente motivación para actuar en forma adecuada en una situación determinada.

Se debe aceptar que las habilidades sociales se adquieren, son aprendidas y esto implica que es susceptible de ser modificada.

### 2.3.4 Dimensiones que influyen en el desarrollo de habilidades sociales.

Dewerick citado en Cabrera (2013) refiere que para detallar el desarrollo de las habilidades sociales se debe considerar dos dimensiones:

#### 2.3.4.1 *Dimensión ambiental*

El contexto en el que inicia sus primeros años de vida, así como donde se va desarrollando y creciendo influye en su capacidad de relacionarse socialmente: facilitando el aprendizaje de destrezas requeridas para una adecuada interacción y, como oportunidad para actualizar lo aprendido. En esta dimensión, existen varios contextos en los que los adolescentes se desenvuelven:

- ❖ **El familiar:** El hogar es el primer ente socializador del adolescente, desde la infancia, donde los padres, hermanos, abuelos u otros familiares representarán modelos significativos de comportamiento.
- ❖ **El escolar:** El segundo ambiente de socialización es la escuela, en la cual los niños y posteriormente adolescentes, pueden ensayar comportamientos sus relaciones con los demás, llámese compañeros de aula, profesores
- ❖ **El colectivo social:** Las relaciones con otras personas, además de nuestra familia y los compañeros de colegio, resulta crucial para el ser humano y en esta investigación se resalta estas relaciones en los adolescentes ya que resulta conveniente abordar este tipo de socialización, porque en esta etapa los adolescentes buscan pertenecer a un grupo y ser aceptados y a su vez su propia individualidad.

#### 2.3.4.2 *Dimensión personal*

Esta dimensión está relacionada a:

- ❖ **Cognitivos:** La inteligencia y las aptitudes se consideran componentes importantes en la adquisición de habilidades sociales, pero también las relacionadas con aptitudes psicológicas que abarca el juicio, la planificación y resolución de problemas.

- ❖ **Afectivos:** Se expresa en la capacidad que haya adquirido para expresar sentimientos y emociones, así como el manejo de los mismos en situaciones de crisis. Existen sociedades que por sus costumbres y tradiciones censuran las muestras de afecto en los hombres, impidiendo, que ellos expresen las habilidades sociales relacionadas con sentimientos.
- ❖ **Conductuales:** Se trata sobre comportamientos al momento de la interacción con los otros, como: la apertura, la empatía y la cordialidad. En los adolescentes, la expresión de estos componentes, está relacionada con la experiencia, de tal forma que aquello que les dio buenos resultados anteriormente, tiende a volver a repetirse y se refuerza en el repertorio conductual actual.

### 2.3.5 Características de las Habilidades sociales

Cabe recalcar que habilidades sociales tienen que ver con el comportamiento interpersonal, a la conducta interactiva. Es así que encontramos las siguientes características según lo menciona Fernández (2007, p. 45)

- a) Son conductas aprendidas mediante el proceso de socialización natural en la familia, la escuela y la comunidad y que pueden ser cambiadas o reforzadas en forma permanente.
- b) Las habilidades sociales se expresan a través de aspectos motores, emocionales y cognitivos que se manifiestan mediante un conjunto de conductas que los niños/as realizan, dicen, sienten y piensan.
- c) Las habilidades sociales se dan en función n de las personas que participan, se consideran la edad, sexo, status, como también el contexto, en función de las normas sociales, culturales y factores situacionales, como el lugar o entorno donde se da la interacción, sea el patio, el aula, la casa, etc.
- d) En las Habilidades Sociales la relación es bidireccional, participan más de una persona y en forma mutua otorga un intercambio.

- e) Para que se dé una interacción se necesita: la iniciación de una persona, seguido de una respuesta a la iniciación de otra persona y para que continúe es necesario que haya respuestas recíprocas.

Así mismo, Michelson y Cols citados en Hurtado, ( 2018), mencionan también que una de las características a tomar en cuenta es que son conductas aprendidas y que se manifiestan en situaciones de relaciones interpersonales, incluyen comportamientos verbales y no verbales.

### **2.3.6 Funciones de las Habilidades Sociales**

Podemos apreciar mediante las relaciones con las personas, la utilidad de las habilidades sociales, mas no es el único. Monja citado en Cabrera (2013, p. 14), refiere las siguientes funciones que cumplen las habilidades sociales:

- **Aprendizaje de la reciprocidad:** Es importante en la relación con los demás la reciprocidad entre lo que se otorga y lo que se recibe.
- **Adopción de roles:** Se asume el rol que corresponde en la relación con la otra persona aprendiendo también a ponerse en el lugar del otro, etc.
- **Control de situaciones:** Se expresa tanto en la posición como guía del grupo o como el que sigue las indicaciones.
- **Comportamientos de cooperación:** Se afianza a través de la interacción en grupo el desarrollo de destrezas de colaboración, trabajo en equipo, establecimiento de reglas, expresión de opiniones, etc.
- **Apoyo emocional de los iguales:** Apertura para expresar sentimientos, apoyo mutuo, crear alianzas, etc.
- **Aprendizaje del rol sexual:** Se desarrolla el sistema de valores y los criterios morales.

### **2.3.7 Importancia de la Habilidades Sociales**

Es muy importante el aprender y desarrollar las habilidades para conseguir óptimas relaciones con los otros, en los diferentes contextos de nuestra vida como

en el ámbito familiar, escolar, social y laboral. Entrenar las competencias sociales de las personas en la infancia y adolescencia es fundamental por muchas razones; una de ellas es incrementar la felicidad, la autoestima y la integración en el grupo de compañeros(as). Es muy probable que la conducta socialmente competente durante la niñez y la adolescencia constituyan un prerrequisito para la posterior elaboración y desarrollo de las conductas competentes del individuo.

Michelson, Sugai, Wood & Kazdin citados en Verde, (2015, p.27) sostienen que las habilidades sociales también son importantes porque permiten que el niño asimile los papeles y normas sociales. Por tanto, las interacciones sociales brindan a los niños la oportunidad de aprender y aplicar estas habilidades en su futura adaptación social, emocional y académica.

La matriz por excelencia donde se desarrollan todas las relaciones sociales de los seres humanos es la sociedad dentro de la cual se desarrollan otras formas de vida en grupo. Desde el comienzo de la vida y según va creciendo dentro de esta sociedad ya establecida, el niño aprende a ser un miembro de ésta y a este proceso se le llama socialización. Es aquí donde se generan los patrones normativos, los valores, las costumbres, habilidades, creencias, etc. y todos surgen de dicho proceso. El ser humano se desenvuelve activamente en este proceso, porque además puede innovar y crear otras formas de relacionarse con los demás.

Cuanto más eficaces sean nuestras relaciones interpersonales en el trabajo, en el estudio, en la pareja, en la familia, en el grupo de amigos, en la vecindad favorecen nuestro desarrollo personal y la autorrealización, facilitando e incrementando la autoestima y el autoconcepto.

### **2.3.8 Elementos de Habilidades Sociales**

Para analizar la manera como se entiende la conducta de la habilidad social, se traslada la visión molar-molecular utilizada en las ciencias sociales. Las categorías molares son una especie de habilidad general y que se son dependientes de los *componentes moleculares* de respuesta. Caballo citado en Cabrera ( 2013) Este enfoque bidimensional, ocasiona cierta incertidumbre a la hora calificar los elementos de las habilidades sociales. Algunos investigadores consideran uno de



los componentes sobre el otro y centran sus estudios por separado, mientras que otros, se basan en ambos componentes.

Ahora veremos, dentro de estas dos categorías antes mencionadas, como observan algunos teóricos, los elementos que integran generalmente una conducta socialmente habilidosa.

#### ***2.3.8.1. Según Gismero***

Gismero citada en Hurtado (2018), plantea los siguientes elementos:

- 1) Autoexpresión en situaciones sociales
- 2) Defensa de los propios derechos como consumidor
- 3) Expresión de enfado o disconformidad
- 4) Decir no y cortar interacciones
- 5) Hacer peticiones al sexo opuesto
- 6) Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

#### ***2.3.8.2. Según Goldstein***

Goldstein citado en Cabrera (2013) es un psicólogo estadounidense, que en 1980 propone la siguiente clasificación de elementos de las habilidades sociales<sup>1</sup>:

- 1) Primeras habilidades sociales:
- 2) Habilidades sociales avanzadas
- 3) Habilidades para manejar sentimientos
- 4) Habilidades alternativas a la agresión
- 5) Habilidades para el manejo de estrés

---

<sup>1</sup> Peñafiel, E.; Serrano, C. (2010). *Habilidades Sociales*. Madrid: Editex.

## 6) Habilidades de planificación

### **2.3.8.2. Según Inés Monjas**

En la aplicación de programas dirigidos a poblaciones infanto-juvenil, Inés Monjas citada en Cabrera (2013) destaca los siguientes elementos:

1. Habilidades básicas de interacción social.
2. Habilidades para hacer amigos.
3. Habilidades conversacionales.
4. Habilidades relacionadas con los sentimientos, emociones y opiniones.
5. Habilidades de solución de problemas interpersonales.
6. Habilidades para relacionarse con los adultos.

### **2.3.8.3. Según Caballo**

Vicente Caballo citado en Cabrera (2013), plantea los siguientes elementos:

1. Iniciar y mantener conversaciones
2. Hablar en público
3. Expresión de agrado, amor o afecto
4. Defensa de los propios derechos
5. Pedir favores
6. Rechazar peticiones
7. Hacer cumplidos
8. Aceptar cumplidos
9. Expresión de opiniones personales, incluido el desacuerdo

10. Expresión justificada de molestia, desagrado o enfado
11. Disculparse o admitir ignorancia
12. Petición de cambio en la conducta del otro
13. Afrontamiento de las críticas

#### ***2.3.8.3.1. Estilos de respuesta***

A todo lo mencionado en los puntos anteriores Caballo citado en Cabrera (2013), propone un repertorio de respuestas conductuales básicas, que se detallan a continuación:



*Figura 1. Estilos de respuesta conductual*

#### **❖ Agresiva**

Cuando se trata de la defensa de los derechos únicamente personales, decimos que es un estilo de interacción agresivo, cuando la expresión de los pensamientos, sentimientos y opiniones se realiza de forma de inapropiada, de manera que puede llegar a ofender, lastimar a los demás. Las características de un sujeto que utiliza respuestas agresivas son: Exige con frecuencia, hace acusaciones; impone su opinión; se comunica a base de mandatos; habla mucho para no ser contrariado, se adula; es egocentrista su voz es fuerte, tiene un tono

autoritario. La mirada es poco expresiva o bien suele ser fija, penetrante. Su postura es rígida y altanera.

#### ❖ **Pasiva**

Denota incapacidad de expresar honestamente sentimientos, pensamientos u opiniones. El sujeto que presenta este estilo pasivo suele expresarse de forma pesimista, con disculpas y falta de confianza. Su apariencia es de inseguridad.

Sus características:

Se excusa frecuentemente; da mensajes indirectos y habla con rodeos. No encuentra palabras adecuadas; no dice lo que quiere decir o también no dice nada por miedo o vergüenza; se desvalora.

El tono de voz es bajo y denota inseguridad. Evita hacer contacto con la mirada; ojos caídos y llorosos. Su postura es encorvada; afirma algo con solo el movimiento de su cabeza.

#### ❖ **Asertiva**

Se manifiesta a través de un comportamiento eficaz y satisfactorio que facilita a la persona a expresarse con libertad y a conseguir frecuentemente, los objetivos propuestos. La persona se relaciona bien con el medio que la rodea y se siente cómoda con su persona como con otros.

Es poder saber expresarse, pedir, negarse, saber llegar a acuerdos que beneficie a ambas partes, respetando al otro y expresando los propios sentimientos de forma clara. Consiste también en poder realizar y recepcionar cumplidos y aceptar quejas.

Otras características de las personas con este estilo de respuestas son: escucha atentamente; expresa lo que quiere y sus sentimientos sin temor; habla objetivamente y su comunicación es clara. El tono de su voz es clara, relajada y buena pronunciación. Su comunicación verbal la refuerza con una mirada franca y ojos expresivos. Su postura es relajada y tranquila.

### 2.3.9 Componentes

De acuerdo a lo mencionado anteriormente, para poder evaluar el desarrollo de las habilidades sociales y su entrenamiento es necesario conocer los diferentes componentes moleculares que conforma cada conducta en el desarrollo de interacción. A continuación, el planteamiento que realiza Caballo citado en Cabrera (2013) sobre los componentes dentro de sus respectivas dimensiones.

#### 2.3.9.1. *No verbales*

La expresión gestual, la postura, entre otros componentes suelen expresar mucho más que las propias palabras, de ahí que dentro de las habilidades sociales de los adolescentes es necesario conocer cuales se encuentran óptimas y cuales necesitan entrenarse.

Las habilidades que tienen que ver con la comunicación no verbal parten de:

- **La mirada.** Representa uno de los aspectos a los que se le atribuye mayor importancia en las interacciones. Definición es mirar a otra persona a los ojos o parte superior del rostro. Las personas que, en sus conversaciones, miran a los ojos a su interlocutor le transmite interés y confianza, se muestran agradables y directas, en cambio un abuso de dicha conducta genera hostilidad y dominio.
- **La expresión facial.** Es vía más rápida hacia la expresión emocional. Una conducta socialmente aceptada necesita que el mensaje y la expresión facial demuestre coherencia en relación a lo que se desea transmitir.
- **Los gestos.** Definidos como cualquier movimiento observable. Las manos, brazos, piernas, pies y el rostro proyectan una infinidad de mensajes, que se pueden interpretar como aceptables o no dependiendo de la cultura del sujeto.
- **La postura.** Las posturas expresan emociones, actitudes, sentimientos y el concepto que la persona posee de sí mismo y de su medio.

- **La distancia/contacto físico.** La proximidad implica a que nivel se encuentra la interacción y se modifica en dependencia del contexto social.

#### **2.3.9.2. Verbales**

El fin es transmitir, comunicar o argumentar. Las expresiones verbales que expresan atención personal, comentarios positivos, refuerzos verbales y el empleo del humor son las de mayor aceptación.

- ❖ **Volumen de la voz.** Cuyo objetivo básico es lograr que lo que se desea decir llegue al receptor de manera óptima a través de un volumen de voz adecuado, por el contrario, un volumen deficiente no permitirá que el mensaje sea claro.
- ❖ **La entonación.** Nos permitirá comunicar emociones y sentimientos. Un mismo mensaje verbal puede expresar ira, afecto, excitación, sarcasmo, entre otras variaciones. En ciertas situaciones, las entonaciones que se le dan a las palabras son más significativas que el mensaje en sí.
- ❖ **La fluidez.** La falta de ésta puede denotar inseguridad, falta de ideas claras o desinterés. Se puede dar por tartamudez y por el uso de las llamadas “muletillas”, utilizadas con regularidad entre palabras, mismas que interfieren y provocan percepciones de ansiedad.
- ❖ **El tiempo de habla.** No el hablar demasiado o muy poco en términos de tiempo.

#### **2.3.10 Modelo explicativo del déficit de habilidades sociales y sus consecuencias.**

Un índice importante de ajuste y adaptación social, para los adolescentes es la aceptación social o el grado de rechazo en que tiene con sus iguales y adultos, y un elemento que nos puede predecir la cómo será la adaptación futura. Este hecho resulta tan poco reforzante, que los otros niños tratan de minimizar el tiempo con él, lo que aumenta la dificultad.

Para identificar la utilidad de las habilidades puesta de manifiesto en cierta situación se debe considerar especialmente las claves contextuales. La respuesta a dónde, cómo y de qué naturaleza es el déficit o falta de habilidades sociales, se presentan en dos modelos explicativos, señaladas en Fernández (2007, p. 49)

- **El Modelo del Déficit del repertorio conductual:** cuando el niño no cuenta en su repertorio con las conductas habilidosas necesarias para actuar en una determinada situación interpersonal, con una respuesta adecuada. Las explicaciones pueden ser que no hubo reforzamientos y hay ausencia de modelos apropiados o carencia de estimulación y oportunidades de aprendizaje.
- **El Modelo de Interferencia o del déficit en la ejecución:** Según este modelo, los sujetos poseen o no ciertas habilidades sociales, pero no posee la capacidad de ponerlas en práctica, presenta una dificultad en el actuar de un modo asertivo, por varios factores:
  - Relacionadas a las emociones como temor, impulsividad, ansiedad, cólera, etc.
  - Relacionadas a las cogniciones o creencias irracionales, como las ideas de frustración, pensamientos negativos.
  - Relacionadas a factores motores que bloquean la ejecución u expresión.

La falta de habilidades sociales a largo plazo puede tener consecuencias como bajo rendimiento académico, problemas laborales, familiares, de pareja, especialmente problemas de comunicación, expresión de sentimientos, resolución de conflictos. También puede verse afectada psicológicamente, es decir puede observarse problemas como ansiedad social, timidez, depresión, problemas de agresividad, baja autoestima, cuyas características detallaremos:

- **Ansiedad social,** se manifiesta por respuestas de inseguridad, temor frente a situaciones donde se deba relacionar con los demás.
- **Timidez,** Se basa en una predisposición genética o un desarrollo más tardío, asociada al período de la adolescencia, que coincide con una toma de

conciencia de sí mismo. Hidalgo, citado en Fernández (2007, p.51) nos muestra en su análisis dos tipos de timidez: timidez introvertida y timidez neurótica. Siendo la primera, características de las personas poco sociables, que prefieren la soledad pero que podrían tener una interacción efectiva. Mientras que la neurótica, hace referencia a las personas que vivencian un temor inexplicable que no les permite interactuar con otros, así lo necesiten o deseen hacerlo. Las personas tímidas/as suelen evitar el contacto con las demás personas, poco amistosos, por lo que los demás buscan poco de su compañía.

- **Baja autoestima**, cuando la persona tiene poca valoración de sí mismo, elaborada por las evaluaciones y conocimientos de los demás sobre su persona, así como del autoconocimiento y autoevaluación que hace de sí mismo.

### **2.3.11 Desarrollo de las habilidades sociales**

El desarrollo y aprendizaje durante la vida de la persona se da mediante un proceso continuo y por medio de: la interacción entre su programación genética o temperamento como base importante de una futura personalidad y su interacción con el entorno social. Entonces resulta fundamental, el desarrollo de las habilidades que faciliten relaciones interpersonales efectivas, para lograr un nivel de independencia personal, que enfatice su propia autoafirmación e interdependencia dentro de su grupo social.

No existe información específica sobre cómo se inicia y cuándo se aprenden las habilidades sociales, pero la niñez es un período crítico, y un factor importante parece ser el modelado (aprendizaje por observación). Las habilidades sociales pueden perderse por:

- Falta de uso en las interacciones cara a cara, incrementado actualmente por el desarrollo tecnológico.
- Por temperamento, predisposición genética a la introversión o extroversión.



- Por contextos con relaciones interpersonales mal construidas, haya sido en su grupo familiar, de pares o amigos. Además, en la etapa adolescente ocurren cambios físicos, psicológicos y sociales, que tienden a crear confusión en la personalidad del estudiante, mostrándose vulnerables tanto en sentido social como afectivo.

El aprendizaje y desarrollo de las habilidades sociales adecuadas permiten una mejor integración social y este aprendizaje se da al igual que en otros tipos de conductas a través de los siguientes mecanismos según Monjas e Hidalgo citados en Fernández (2007, p. 52)

- a. Aprendizaje por experiencia directa, el comportamiento está en función a las consecuencias, reforzantes o aversivas, del entorno social después de cada conducta social. Si es reforzada positivamente tiende a repetirse y se convierte en parte del repertorio del niño/a. Si es ignorada, con el tiempo se extinguirá y si es sancionada, tenderá a inhibirse y a evitar la situación interpersonal, además aparecerán respuestas de ansiedad.
- b. Aprendizaje por observación, Este modelo de aprendizaje social sostiene que el aprendizaje de comportamientos complejos, como es la conducta social, es por medio de modelos significativos. El niño/a aprende conductas de relación como resultado de la exposición a modelos, siendo muy variados a lo largo de su desarrollo, hermanos/as, primos/as, vecinos/as, amigos/as, familiares, profesores y adultos en general, además de los modelos simbólicos, entre ellos, la televisión.
- c. Aprendizaje por feedback interpersonal, según como ha sido su comportamiento, y si recibe elogios o reforzamiento social.
- d. Aprendizaje verbal o instruccional, el sujeto aprende siguiendo instrucciones a través del lenguaje hablado, por medio de preguntas, instrucciones, explicaciones o sugerencias orales. En el colegio la enseñanza aprendizaje se da mediante el diálogo, discusión, debates, asambleas.

### **2.3.12 Estrategias de intervención:**

Las estrategias para el entrenamiento de las habilidades sociales son numerosas. Estas técnicas ampliamente utilizadas en numerosos programas de intervención, pueden aplicarse de manera individual o colectiva y se pueden desarrollar fácilmente en la escuela, en el entorno familiar. Sabemos que las dificultades que se presentan como el no haber aprendido determinadas conductas (modelo de déficit) o la dificultad para poner en práctica dichas habilidades (modelo de interferencia) pueden ser abordados en el primer caso parece más apropiado utilizar técnicas conductuales, mientras que en el segundo caso resultaría más efectivo las técnicas cognitivas y de control de ansiedad.

En los dos casos es necesario un control del contexto, ya que el repertorio de habilidades interpersonales de un sujeto va a estar condicionado, en cierta medida, por los factores externos y propios del ambiente. Entre las técnicas encontramos:

#### **a) Técnicas conductuales**

Aplicable para personas que no poseen muchas habilidades sociales en su repertorio. Esta técnica ofrece al individuo la posibilidad de adquirir las destrezas requeridas inicialmente en contextos muy controlados y estructurados, para posteriormente generalizar a otros entornos y situaciones. Estas técnicas resultan de fácil manejo para el educador ya que no se necesita de recursos complejos y los resultados suelen ser muy eficaces. La clave está en su aplicación sistemática e intencionada.

Modelado e imitación: Bandura citado en Fernández, ( 2007, p. 54) sobre aprendizaje observacional, refiere que se da mediante la observación de modelos, ya sea en forma directa, filmada o imaginada, donde no sólo se ve el comportamiento, sino además la situación o contexto situacional. En primer lugar, se muestra la habilidad correcta o conducta objeto de entrenamiento, posteriormente la persona deberá ejecutar dicha conducta observada en el modelo.

Role-playing o representación: consiste en asumir un papel o característica de otra persona o de uno mismo en otro tiempo y actuar conforme a ello.

**Reforzamiento:** Es importante reforzar adecuadamente para que la conducta habilidosa que se está aprendiendo o practicando se establezca y se mantenga. Existen tres tipos de refuerzo: el refuerzo material, el refuerzo social y el auto refuerzo. El auto refuerzo facilitará la autonomía, la capacidad para aplicarla en todas las situaciones que sean necesarias es decir se generalizará dichas conductas y su estabilidad, ya que no depende de los refuerzos proporcionados por los demás.

#### **b) Técnicas cognitivas**

Dirigidas no directamente a la conducta o habilidad sino a los procesos cognitivos y emocionales que subyacen en la misma. Se debe trabajar y modificar estos conocimientos, creencias o temores, para así el sujeto podrá desarrollar sus habilidades sociales sin trabas. Entre ellas mencionamos:

**Reestructuración cognitiva,** se da mediante el reconocimiento y reemplazo de las cogniciones inadecuadas y poder así desarrollar un sistema de creencias que valoren tanto sus derechos como los de los otros. Se analiza e identifica la situación donde existe dificultad para expresar asertividad, los pensamientos durante esa situación, las creencias asociadas y cómo llegó a procesar esa información, si tiene antecedentes u otras experiencias.

**Entrenamiento en resolución de problemas interpersonales.** Si el sujeto presenta dificultad de carácter perceptivo-cognitivo es recomendable que pueda integrarse a un programa para reforzar las siguientes habilidades cognitivas:

1. Pensamiento alternativo o habilidad para elaborar diferentes soluciones ante un problema interpersonal.
2. Pensamiento causal o capacidad para discernir la relación causa-efecto del propio comportamiento y de las consecuencias que produce.
3. Pensamiento consecuencial o capacidad comprender de acuerdo a las consecuencias positivas y negativas las soluciones que se tomaron.
4. Pensamiento medio-fines o capacidad para organizar la secuencia de las medidas a tomar conseguir el objetivo trazado.

Cabe mencionar en la línea de este modelo, la técnica de resolución de conflictos propuesta por Trianes citado en Fernández (2007, p. 55) quien sugiere una serie de preguntas-guía o mediadoras que, planteadas de manera efectiva por el educador, pueden ayudar a la persona a reflexionar sobre las situaciones interpersonales conflictivas

### **c) Técnicas emocionales**

Técnicas de relajación. Una de las dificultades de relación es la ansiedad o temor a las situaciones sociales y es muy necesario que la persona afronte este tipo de situaciones y aprenda a relajarse. Una de las formas de enfrentar esta situación son los ejercicios de relajación muy útiles en el control y manejo de la ansiedad y, para el control de actividad fisiológica que la acompaña, esto hará que la persona se encuentre en una mejor condición de enfrentar nuevas situaciones con pensamientos más claros. La relajación suele ser además muy útil para controlar respuestas relacionadas a la agresividad.

### **2.3.13 Las Habilidades Sociales en el contexto Educativo**

Actualmente la sociedad ha incrementado su complejidad social transformando sus valores y metas en busca de objetivos individuales. Tanto el éxito, como el poder económico es prioridad a los objetivos e intereses de grupo. Y en cuanto a la familia, ésta ha modificado considerablemente y su estructura y funcionamiento, los niños(as) en sus horas de ocio en el hogar, permanecen generalmente sin la presencia de los padres, viendo televisión, conectados a Internet, jugando con video-juegos, y dejando de lado la interrelación de convivencia con una escasa interacción cara a cara. Por otra parte, la escolarización temprana del niño/a, hace que se vea al colegio como la entidad responsable de desarrollar socialmente al estudiante.

El colegio es el lugar en donde el/la joven establece relaciones interpersonales significativas con lazos afectivos, compartiendo gran parte de su tiempo, conformando su grupo de amigos. Para algunos estudiantes, esta situación presenta dificultades, como la presencia de alumnos/as que se muestran dominantes, que solucionan sus problemas con sus pares de forma agresiva,

molestan a los demás, agreden física, verbal o psicológicamente a sus pares, son crueles e irritables, suelen tener frecuentes conflictos con los demás.

En el lado opuesto encontramos alumnos/as tímidos, que no hablan, otros se muestran temerosos de relacionarse con los demás, pasando inadvertidos generalmente para sus compañeros/ras e incluso para el profesor(a), con baja autoestima, estos alumnos/as presentan pocos comportamientos antisociales, pero también escasas conductas prosociales.

En ambos casos se evidencia la carencia de habilidades sociales y dificultad para el desarrollo pleno, tanto en lo personal como en lo social. Dichos problemas se podrían prevenir con la construcción y reconstrucción de habilidades sociales en la acción educativa y su incorporación al currículo, lo que supone entre otros, delimitar y señalar un tiempo en el horario, establecer objetivos y contenidos, planificar las actividades a realizar para la consecución de los objetivos, definir estrategias de evaluación y realizar las coordinaciones colegio-familia”.

Pero, en la educación contemporánea, se ha profundizado el interés por otras áreas, relacionadas al surgimiento de las computadoras y otras tecnologías, la comunicación interpersonal directa con otras personas, ya que cada vez es menos reforzada o desarrollada, dejando al individuo menos preparado en su interacción afectiva y social.

Para Monjas, (1992. Pág.41) esta enseñanza tiene que realizarse del mismo modo que se hace la enseñanza de otros aspectos, Es imprescindible que en el colegio se enseñe directa y sistemáticamente las Habilidades Sociales lo que significa enfatizar en la programación curricular del centro, el desarrollo del área interpersonal, tanto a nivel de conceptos, como metodologías y organización, incluyendo la promoción de la competencia social como uno de los objetivos generales del centro, ciclo y curso para todos los estudiantes, e integrando la enseñanza de las habilidades sociales en el currículo escolar ordinario

Trianes citado en Fernández (2007, p.56) propone una intervención que puede ser planteada por un asesor interno o externo:

1. Formulación de una demanda del centro educativo, planteada por los docentes, es decir que se pueda integrar las dimensiones formativas y cognitivas.
2. Análisis de la situación, primera versión de los profesores ante la realidad, necesidades o dificultades.
3. Presentación de la intervención, se comparte primera información sobre las características generales, experiencias previas en centros, descripción del proceso de la intervención.
4. Clarificación, para dar inicio al programa en el centro. Análisis de objetivos, recursos, estructura, demandas al profesor, estrategias, respondiendo a la inquietudes y demandas de los docentes.
5. Acuerdos y especificación de los intereses y necesidades concretas de ayuda y apoyo que se brindará a los profesores/as, así como un compromiso firmado por dichos profesores implicados en la implantación del proyecto.
6. Evaluación y valoración de problemas, recursos y disposición. Recogida de datos para concretar el problema y los principales objetivos, información de los sujetos implicados en el contexto, alumnos, profesores, apoderados, y también sobre los recursos y la disposición de los profesores implicados para desarrollar el proyecto o intervención.
7. Capacitación del profesorado, con la formación de grupos de trabajo en el centro, supone un medio de apoyo y cooperación en el equipo de profesores. Creando la meditación sobre su práctica docente, discusión en grupos, compartir experiencias, cooperar en la búsqueda de soluciones ante los problemas planteados.
8. Apoyo y monitoreo del desarrollo del proyecto, la aplicación en las clases requiere una estructura de apoyo, que puede ser el orientador o profesor del grupo de trabajo. Visitas al aula o reuniones para analizar, compartir dificultades y éxitos de las innovaciones o cambios de sus rutinas docentes, se informa a todos los profesores de la marcha del programa.
9. Evaluación durante el proceso de realización del proyecto, primero para hacer cambios en objetivos o procedimientos ajustándose a las características del

contexto y, por otro lado, permite ser conscientes de las transformaciones que van sucediendo.

10. Evaluación final, tanto de los objetivos como de la satisfacción de los profesores/as implicados, empleando informes escritos, entrevistas, sesiones abiertas en grupos. Considerando que es una intervención educativa, proactiva, dirigido a trabajar con el grupo de la clase y dentro del horario escolar. Se sugiere la opción de procedimientos por áreas de contenido que pueden ser definidas a priori o emergentes, mostrando referencias para que armen o seleccionen las áreas más pertinentes y relevantes para el contexto.

#### ***2.3.13.1. Evaluación de las habilidades sociales***

Es primordial resaltar que, para evaluar las habilidades sociales, se debe tener un sentido formativo y no de clasificación, ni excluyente, lo que significa especificar para qué evaluar, resguardando la información de los informes y su difusión. Una vez especificado estos puntos, el sentido y contexto de la evaluación de las habilidades sociales, se pueden determinar las técnicas y estrategias. Y entonces desde el marco psicológico cognitivo-social, no significa de cuantificar en función de criterios pre fijado, sino más bien, el progreso del desarrollo o indicios de posibles cambios.

La mayor parte del trabajo sistemático En evaluación educativa, está relacionado con el aspecto cognitivo de los alumnos en relación a conocimientos o habilidades académicas. En relación al ámbito afectivo social, las técnicas de evaluación provienen de la psicología social, de la investigación cualitativa o naturista que requieren de tiempo y complicados métodos de análisis.

Para evaluar de las destrezas sociales, mencionamos algunas técnicas aplicables a situaciones normales en el colegio. Los instrumentos para la evaluación de contenidos actitudinales considerados dentro de este planteamiento, están basados en las sugerencias de San Martín citado por Fernández,( 2007, p. 58), agrupados en tres tipos:

1. Observación sistemática: (estructurada, intencional y controlada).

- Escalas de observación, cuestionario/escala con indicadores o categorías que nos interese observar en los alumnos/as, estimando los grados en que se presenta.
- Listas de control o cotejo, donde se puede observar si la conducta está presente o ausente.
- Registro anecdótico, libro de clases, bitácora, entre otros.
- Cuestionarios o escalas de actitudes (Escala de tipo Likert), según cierto enunciado, se solicita que los estudiantes respondan, según sus sentimientos y actitudes y de acuerdo a ciertos grados de respuesta.

## 2. Análisis de las producciones de los alumnos

- Auto informes, de sí mismo.
- Investigaciones de personajes, situaciones, noticias.
- Juegos de simulación y dramáticos, representar personajes de fantasías, cuentos, historias o leyendas, reflexionando sobre una idea o situación.
- Canciones o producciones literarias.

## 3. Intercambios orales con los alumnos

- Entrevistas, un/a alumno/a en nombre de los demás hace una entrevista a otro/a, profesor/a o compañero/a, exponiendo el resumen de la entrevista a los demás.
- Debates, Se desarrolla con la preparación de dos alumnos dentro del curso quienes plantearán su opinión o idea y presentarán sus razones para defender sus posturas y convencer al resto.
- Mesa redonda, desarrollo, exposición e intercambio de opiniones y posiciones, con intervención frecuente de las partes quienes defenderán su favoritismo u oposición sobre ese mismo tema.



### ***2.3.13.2. Entrenamiento de Habilidades de interacción social***

Para poder realizar el entrenamiento de las habilidades sociales en los estudiantes es necesario conocer y evaluar el comportamiento interpersonal por medio de la experiencia docente y la observación sistemática de los jóvenes. En un estudio de investigación se elaboró un Programa de Entrenamiento de Habilidades de Interacción Social (PEHIS), adecuado a nuestro contexto. El programa tiene como objetivo desarrollar y fomentar relaciones sociales positivas tanto con los iguales como con los adultos, está diseñado para implementarlo en una clase de profesor con sus alumnos. Monjas (citado en Carrillo, 2015, p. 67)

El programa aborda los siguientes aspectos:

- a. Conocimiento de sí mismo y de los demás, su propia identidad, forma su autoconcepto al compararse con otros, conoce su mundo social, el papel que desempeña cada persona según el contexto o relación social.
- b. Desarrollo de aspectos de conocimiento social que debe poner en práctica el relacionarse con los demás, como: Reciprocidad entre lo que se entrega y lo que es retribuido (sentimientos, conocimientos), empatía, colaboración y cooperación, negociaciones y acuerdos.
- c. Autocontrol y autorregulación, los pares actúan como entes de control reforzando o castigando determinadas conductas.
- d. Apoyo emocional o fuente de disfrute, las relaciones entre iguales se caracterizan porque son mutuamente satisfactorias, contienen afectos positivos, otorgando sentimientos de bienestar.
- e. Otro aspecto importante es el aprendizaje relacionado a la sexualidad y los valores.

Las dificultades más frecuentes en el trabajo con los adolescentes en el ámbito escolar están relacionadas a baja autoestima, ansiedad social y conductas depresivas, generalmente desisten de sus derechos o los hacen valer por medio de conductas agresivas. Estos comportamientos son

dificultades habituales que debe enfrentar el docente en el aula y que pueden ser prevenidas a través del conocimiento y práctica de habilidades sociales.

#### **2.3.14 Habilidades Sociales y otros constructos**

**Autoestima:** Es la actitud positiva hacia uno mismo y es la suma de un conjunto de vivencias, acciones, comportamientos que se van experimentando a través de la existencia.

La autoestima sustenta y motiva la personalidad, es la manera de pensar, sentir, actuar y valorar lo que en nosotros hay de positivo y de negativo, implica así mismo un sentimiento de lo bueno o malo que veamos en nosotros. Es la admiración ante la propia valía.

Componentes de la autoestima:

- Autoconocimiento
- Autoconcepto
- Autovaloración
- Autoaceptación
- Autorrespeto

**La comunicación:** Es el proceso por el cual un individuo se conecta con otro u otros, un contacto que le ofrece la oportunidad de expresar cierta información. La necesidad de comunicarse puede deberse a diversas finalidades:

- Transmisión de información.
- Deseo de influir en los otros.
- Manifestación de los propios estados o pensamientos.
- Realización de actos

## **Tipos de comunicación**

Comunicación agresiva. Las personas se comunican de forma agresiva cuando acusan o amenazan a los otros sin respetar sus derechos. Asumiendo que de esta forma logra el respeto, pero realmente lo que se consigue es aumentar los conflictos con los otros y recibir rechazo.

Comunicación pasiva. Cuando las personas se comunican de manera pasiva y accedemos a lo que proponen los demás sin permitirnos expresar lo que pensamos o sentimos sobre ello. Esta forma de comunicarnos nos produce sentimientos de frustración y de inferioridad.

Comunicación asertiva. Las personas se comunican de manera asertiva cuando se expresa los pensamientos, sentimientos y necesidades, sin lastimar a los demás y no dejando que se aprovechen de nosotros. Este tipo de comunicación logra que nuestras opiniones, sentimientos y necesidades sean recibidos por nuestros interlocutores, tenidos en cuenta y valoradas socialmente.

## **La asertividad**

Es la facultad de valorar los propios derechos y respetar los derechos de los demás. La persona asertiva manifiesta sus opiniones y sentimientos, toma sus propias decisiones y asume sus responsabilidades y las consecuencias de sus acciones. La persona es más proactiva que reactiva, siempre cumpliendo las normas y actuando de una manera que considera respetable.

## **Toma de decisiones**

Es un proceso que se da a cada instante de nuestra vida, con frecuencia las decisiones se toman y ejecutan sin haber analizado con detenimiento el problema y sus diversas posibilidades de solución. La toma de decisiones se inicia cuando identificamos un problema que requiere una decisión incluso el no hacer nada es una decisión.

Hoy en día es necesario y primordial resaltar cuán importante es tomar una buena decisión en cada aspecto de nuestra vida, ya que somos los únicos responsables de las consecuencias de las mismas, a pesar de que recibimos la

influencia del entorno, la decisión final de promover, cuidar y mantener el bienestar emocional será personal e influirá en la tranquilidad del grupo sean amigos, compañeros de trabajo, familia u otros. En los adolescentes una de las decisiones importantes es el proyecto de vida.

## **2.4 Metodología de la enseñanza**

### **2.4.1 Modelo constructivista**

Mario Carretero (1997), refiere acerca del constructivismo:

Básicamente se refiere a que el individuo (tanto en sus aspectos cognitivos y sociales del comportamiento, como en los afectivos) no es resultado del ambiente, ni un mero producto de sus disposiciones internas, sino una elaboración propia que se va dando día a día como producto de la interacción entre estos dos factores (p.3)

Si bien al constructivismo le podemos llamar teoría, corriente psicológica, etc., entre los autores coinciden en que las personas construimos activamente nuestro conocimiento basándonos en lo que sabemos y teniendo una interacción con nuestro entorno (Pimienta, 2007).

Podemos decir que no existe una única teoría que exponga cómo los seres humanos aprendemos incluso dentro de la teoría constructivista, algunas corrientes constructivistas destacan el protagonismo del rol social para el aprendizaje, otras consideran que el papel social juega un rol menor importante en el aprendizaje. Actualmente parece una moda llamarse constructivista y pareciera que muchos usamos esta corriente en, lo que da a entender que es algo muy sencillo de practicar en la educación, sin embargo, Pimienta (2007, p 24) refiere: “no hay nada más alejado de la realidad, porque no es algo que sencillamente se pueda aplicar como simple receta, ni tampoco se puede emplear como si se tratara de un traje fácil de usar”.

Indagando el desarrollo del constructivismo, dos corrientes ejercieron una notable influencia por años: el innatismo que afirmaba la idea que los conocimientos estaban dentro de las personas y que tan solo con activarlos,

aflorarían y el empirismo que manifestaba que el conocimiento estaba afuera y había que llevarlo adentro a manera de una copia que se debía impregnar en el cerebro humano. Un punto de vista medio es el que ofrece el padre del cognoscitivismo, el ilustre Jean Piaget quien revolucionó la manera en que se percibía al niño.

La teoría constructivista del aprendizaje y la enseñanza ha influido considerablemente, y se han visto apoyadas por la psicología, filosofía, antropología, pedagogía, etc. (Pimienta, 2007).

La teoría constructivista, siguiendo los lineamientos de Piaget y Vygotsky, recomiendan: Entornos complejos que desafíen al niño y su capacidad de aprendizaje y tareas reales que estén directamente relacionadas con el aprendizaje que se desea lograr.

El constructivismo según la teoría clásica es una doctrina que impulsa al estudiante a desarrollar un rol activo en la búsqueda de su conocimiento y la comprensión de éste, dotando de sentido a la información adquirida. Este conocimiento es construido individualmente en interacción simultánea con el medio social, y teniendo como base los temas adquiridos previamente. Comprensión de que el conocimiento se elabora, se va construyendo e incorporando. Woolfolk, citado en Vargas, (2013, p. 159)

En este contexto el maestro debe mostrar situaciones problemáticas o plantear preguntas que generen conflictos en los estudiantes para que ellos: Formulen hipótesis buscando entender, describir y explicar la situación o solucionar el problema, que puedan reunir datos para probar la hipótesis, que extraigan conclusiones, reflexionen sobre el problema original y los procesos de pensamiento requeridos para resolverlo (Pimienta, 2007).

Para Pimienta (2007), el aprendizaje cooperativo es fundamental en la teoría constructivista, es decir debemos pasar del trabajo que tiene como fin el logro de metas individuales al trabajo cooperativo donde se trabaja para lograr un fin común como equipo.

John Dewey, a principios del ciclo XX, se manifestó en contra de las competencias académicas y motivó a los educadores para que reorganizaran a los colegios como centros democráticos de aprendizaje. Estas ideas se abandonaron en las décadas de 40 y 50, siendo reemplazadas de nuevo por la competencia individual, teniendo como fundamento que mientras más logros individuos se tenía esto aseguraría el bienestar y progreso de la sociedad.

Actualmente las teorías constructivistas sobre el aprendizaje refuerzan el interés en la colaboración y el aprendizaje cooperativo. Hay dos características de enseñanza constructivista: los procesos complejos de aprendizaje de la vida real y las relaciones sociales.

Pimienta (2007), refiere que los teóricos del procesamiento de información, resaltan el valor de las diferencias y discusiones de un grupo ya que motiva a los estudiantes a repasar, crear y poder ejecutar sus conocimientos. Cuando se produce un debate en un grupo, sus integrantes tienen que organizar sus conocimientos, hacer conexiones y revisiones; es decir, ponen en marcha todos los procesos que facilitan la organización de la información y la memoria.

Según Pimienta (2007), algunos elementos que se toman en cuenta durante el aprendizaje cooperativo son: el trato cara a cara, interdependencia positiva, responsabilidad social, colaboración y procesos grupales.

La corriente piagetiana plantea que el constructivismo es un conjunto de desequilibrios cognoscitivos, que llevan a los individuos a cuestionar sus conocimientos, generando un conflicto cognitivo.

Los constructivistas que comparten la teoría de Vygotsky opinan que la interacción social es fundamental para el aprendizaje, porque los procesos mentales superiores (como razonamiento, comprensión y pensamiento crítico) tiene sus inicios en las interrelaciones con los demás y luego son interiorizadas por los individuos, es decir es un aprendizaje de afuera hacia dentro.

### **2.4.2 Metodología pre universitaria**

Según Hurtado (2006), suele llamarse preparación preuniversitaria, a la preparación antes de presentarse a un Concurso de Admisión, generalmente de alguna universidad. Usualmente se daba después que el estudiante egresara de secundaria. Ésta fue vista para muchos como el puente necesario entre el colegio y la Universidad, debido a las deficiencias del sistema educativo, ya que la mayoría de egresados de secundaria no podía ingresar a una universidad tan sólo con la formación académica adquirida durante la secundaria.

La preparación preuniversitaria ha cambiado en ciertos aspectos a lo largo de los años, influenciando en labor de algunas escuelas privadas, por ejemplo, ya no se da exclusivamente en las academias preuniversitarias, sino también en colegios de educación básica regular; esta preparación ya no es posterior al término de la secundaria, sino durante esta; los profesores preuniversitarios, sean de la carrera de educación o no, han ocupado los puestos de docentes en los colegios, y también los docentes titulados han adaptado su trabajo al tipo preuniversitario (Hurtado 2006).

Entre los hechos que han aportado a estas modificaciones tenemos:

En primer lugar, que en su mayor parte, madres y padres esperan que el proceso educativo de sus hijos se extienda hasta la universidad. Los padres temen que si sus hijos terminan el colegio y no siguen estudiando su futuro se va a truncar, los padres quieren que ya desde los 14 años el hijo se ocupe únicamente de estudiar y después tendrán tiempo para distraerse, pero lo real es que posiblemente no tendrá nunca tiempo para divertirse.

En segundo lugar, la promulgación de la Ley de Promoción de la Inversión en Educación, que entre otros brinda el derecho a la libertad para crear y dirigir centros educativos particulares, con o sin fines de lucro.

En tercer lugar, la pérdida de clientela por la ley que autorizaba a las universidades a tener sus propios centros preuniversitarios motivó a las academias a captar clientes a través de los colegios, ofreciendo una preparación preuniversitaria desde el colegio.

Es así que esta preparación ya no se daba exclusivamente en las academias, sino se trasladó a los llamados colegios; es decir colegios que incluyeron o les dieron mayor énfasis en su programa escolar a cursos y temas que asegurarían a sus alumnos enfrentar con éxito un Examen de Admisión. Por lo tanto, el modelo preuniversitario ha sido asimilado al programa escolar.

La característica de los profesores de academias preuniversitarias, para Hurtado eran las siguientes:

- Generalmente estudiantes universitarios de los ciclos medios y avanzados quienes enseñaban sus clases ante un aula que podría llegar a ser en los meses de verano hasta de 100 alumnos.
- Por lo general eran jóvenes entre 22 y 36 años, los que mostraban un profundo conocimiento del curso. Presentabas esquemas o resúmenes, que resultaban de mucha utilidad. En el caso de los profesores de matemáticas, desarrollaban técnicas y métodos prácticos que ayudaban en gran medida a la resolución de problemas, haciéndolos ver como sencillos. Los profesores de letras tenían un gran dominio de escenario, despertando el total interés de los estudiantes.

Las características mencionadas, contrastaban mucho con la enseñanza del colegio, lo cual motivaba a los estudiantes para asistir a la academia y comprometerse en su preparación. Para una buena parte de alumnos la preparación preuniversitaria, fue de gran ayuda para su ingreso; asimismo trabajar como profesor preuniversitario, resultó una opción de trabajo para muchos estudiantes universitarios, sin embargo, también cabe mencionar que el profesor preuniversitario, poseía cierta ventajosa frente a los profesores de colegio por las siguientes razones:

- En las academias se priorizaba más que el avance de cada estudiante, el resultado grupal a la hora del examen de admisión.
- La retribución económica para el profesor preuniversitario era más que el de un profesor de colegio dependiendo del colegio.



- No había necesidad de un control de la conducta del aula, ya que los estudiantes motivados por su ingreso a la universidad no realizaban indisciplina en el aula.
- Los profesores preuniversitarios no realizaban evaluaciones, solo proponían los exámenes.

Las academias preuniversitarias y por tanto el modelo preuniversitario, en un momento dado, constituyeron un elemento que agilizó proceso de enseñanza. Al mismo tiempo la competencia entre los colegios particulares los llevaba a promocionar sus ingresantes a alguna Institución educativa superior. Argumentado que la calidad del servicio que ofrecen se evidencia en la cantidad de ingresantes por cada promoción (Hurtado 2006).

A pesar del éxito de la preparación preuniversitaria, para Hurtado, el trabajo realizado durante quince años de trabajo en el ambiente preuniversitario, le permite realizar las siguientes observaciones.

La preparación preuniversitaria, funcionó en las academias en cierto momento ya que los estudiantes tenían la base recibida en sus colegios y también estaban los que no tenían esta base, en este último caso representaba la oportunidad para que estos centros de estudios realizaran la nivelación respectiva. Ahora bien, en las escuelas preuniversitarias, el desarrollo de este tipo de sistema solo deriva en la reproducción de técnicas o artificios para resolver el examen y no que la resolución del mismo represente la consecuencia de un aprendizaje significativo (Hurtado 2006).

La metodología preuniversitaria, tal como se oferta prepara a los escolares para el ingreso a la universidad, es decir han cumplido su papel si logran que el alumno ingrese a alguna Universidad. Pero ¿Habría constituido esta preparación una herramienta útil para el buen desenvolvimiento académico futuro? Hurtado (2007, p. 171) afirma que no, expresando que “la gran dificultad que se genera en los alumnos de los primeros ciclos universitarios; este «amoldarse» a la enseñanza universitaria, donde muchos docentes refuerzan la participación, discusión, investigación y el pensamiento crítico, lo que los estudiantes no resuelven por no estar habituados a tal forma de enseñanza. Si bien es cierto este es otro problema,

ya que se sacrifican otros tipos de aprendizaje”

A sí mismo Hurtado afirma que la labor como docentes no debe restringirse a motivar a los estudiantes a seguir una carrera universitaria ya que este no es el único camino para el éxito personal. El mismo hecho de definirse como colegios preuniversitarios es un factor determinante que índice a los estudiantes a que necesariamente lo que sigue al colegio es la universidad, sin mostrarle la posibilidad de tener otras opciones, lo cual puede generar frustración ya que por un lado no todos los estudiantes desean una carrera universitaria y por otro los que no logran el deseado ingreso poder que su futuro ha sido truncado.

A su vez Hurtado refiere que el modelo preuniversitario dificulta la preparación integral de los educandos ya que su metodología se centra en la especialización de sus docentes, por ejemplo no es el docente de matemáticas, sino del aritmético, algebraico, geométrico, etc., y el hecho de tener un solo curso a cargo, no le permite el compromiso con los estudiantes ya que necesita cubrir sus horas a veces en diferentes lugares, minimizando también su compromiso con cada una de las instituciones, por lo que no participa de actividades cívico patrióticas que organiza el colegio y que fomentan el espíritu o la cultura de la institución (si es que el colegio lo realiza ya que debido a la cantidad de contenidos en estos colegios se limita o elimina este tipo de actividades).

Si bien los apoderados tienen todo el derecho de decidir en qué colegio matricular a sus hijos y por tanto aceptar la línea formativa impuesta por éste, se debe recalcar que muchas veces estos colegios privados, nacen pensados más como una empresa, que como un centro de formación; y debido a la intensa competencia pueden llegar a usar improvisadas «estrategias metodológicas» de acuerdo a los pareceres del promotor, más que a lo que las corrientes pedagógicas actuales y los objetivos nacionales nos deberían llevar (Hurtado 2006)

La UNESCO (2000) manifiesta que: dos principios caracterizan la mayoría de tentativas de definición de lo que es una educación de calidad: el desarrollo cognitivo del estudiante y el rol que cumple la educación para fomentar las actitudes y los valores relacionados con una muy adecuada conducta cívica, así como ofrecer las condiciones adecuadas para el desarrollo emocional y creativo del

estudiante. Hurtado considera que adoptar a ciegas un modelo preuniversitario, tomado cada vez por más colegios, no estaría cumpliendo con estos principios.

Sin embargo pese a las observaciones que puede tener los colegios preuniversitarios, el rector de la Universidad Nacional de Ingeniería (UNI), Aurelio Padilla Ríos, refirió en el 2011, que los alumnos del Colegio Mayor Secundario Presidente de la República que ingresaron a dicha casa de estudios por la modalidad de “Colegio Mayor” no se encuentran preparados” para la universidad que dirige: “Lo que sucede es que estos estudiantes, con mucha capacidad intelectual, con una formación integral, no se encuentran totalmente capacitados para la UNI. No significa que no pueden. Por ejemplo, hoy un decano dijo que el estudiante que no ha pasado por una academia no puede ingresar a la UNI. Estos chicos por estar internados no han podido ir a academias”, sostuvo.

Por lo tanto si bien se puede tener observaciones hacia los colegios preuniversitarios, los ingresantes de colegios con metodología constructivista, que tiene los mejores estándares de la educación pública como son los denominados colegios mayores ( que actualmente han pasado a ser colegios de alto rendimiento), a pesar de ser los mejores de su promoción no han estado preparados para los cursos dictados en la UNI, este tipo de señalamientos es la que motiva hasta el día a de hoy a que los padres opten por la metodología preuniversitaria.

Cabe resaltar en relación al tema tratado, la formación preuniversitaria integral del sistema cubano que se basa en una educación; patriótica, laboral, económica, científica e investigativa y ambientalista, a partir del desarrollo de una enseñanza integral.

Así mismo el sistema cubano realza algunos procesos externos del desarrollo relacionados a la formación integral preuniversitario:

- a. Los procesos pedagógicos, constituyen un aspecto esencial ya que influye en la adquisición de valores, hábitos y habilidades que se forman a través del estudiante de acuerdo al plan de estudios. El alumno preuniversitario, en esta etapa, aprende a conocer las características principales de las profesiones u ocupaciones y su contribución social, lo cual debe expresarse en los diferentes ámbitos de la vida del preuniversitario)

- b. Los procesos socioculturales, deben reforzar y enriquecer la labor docente y estos deben contar con el apoyo de las instituciones de la comunidad, es en la comunidad donde los estudiantes preuniversitarios se involucran con los problemas que son propios de su contexto y en tal sentido puede proponer soluciones aplicando los conocimientos científicos que aprendió, lo cual contribuye a que lo impartido en el centro de enseñanza no se desvincule de la realidad existente y el estudiante concientice que lo aprendido le es útil y puede contribuir a la mejora de su sociedad.
- c. los procesos de protagonismo social, que abarcan todas las esferas de actuación grupal, del estudiante preuniversitario, expresa como las actividades y acciones de carácter social en las que participa, le permiten formar y manifestar su un elevado compromiso con el bienestar de su comunidad. Aquí no se busca un protagonismo individual sino un trabajo colectivo en función del bien común.

## **2.5 Definición conceptual:**

### **2.5.1 Habilidades Sociales**

Según Caballo (1993) las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse a nivel individual o interpersonal, siendo capaces de expresar sentimientos, actitudes, deseos, opiniones de un modo acorde a la situación. A través de las habilidades sociales es posible resolver problemas presentes y futuros, a su vez es posible no solo solucionarlo sino también evitarlos.

### **2.5.2 Adolescencia**

Etapa de profundos cambios debido a la relación de factores biológicos, psicológicos y sociales que se unen como expresión del individuo, es importante, antes de emprender el estudio de las habilidades sociales conocer las características de los adolescentes para tener una mejor comprensión de en qué momentos de su vida, las habilidades sociales se han desarrollado de manera eficiente o deficiente.

Resulta difícil de hallar una definición concreta acerca de este periodo evolutivo. En términos generales, el periodo medio que se da entre la etapa de la niñez y la edad adulta es lo que se suele considerar como adolescencia y juventud, con ciertas consideraciones en ambas no del todo claras, pues en muchos aspectos una tiene que ver con la otra y dependen con qué enfoque se abarque su estudio. Disciplinariamente se ha cedido la responsabilidad de análisis de la adolescencia a la Psicología, tomando en consideración que debe encargarse tanto de la delimitación de su estudio, como de su proceso de desarrollo como individuo.<sup>2</sup>

Diane Papalia (1998) en su libro “Psicología”, nos aporta características del adolescente: “Ya vislumbra vagamente el adulto en que se va a convertir, al desarrollar nuevas proporciones corporales y al dedicarse más profundamente a las tareas que absorberán el resto de su vida: conseguir una firme comprensión de sí mismo, encontrar y concentrarse en el trabajo de la propia vida y formar adecuadas relaciones íntimas que tanto tienen que ver con la felicidad y el bienestar”<sup>3</sup>.

Una de las definiciones que podría considerarse más explicativa es la que proporciona la psicóloga rusa L. Bozhovich (1976), quien sugiere a la adolescencia como una «edad de transición, ya que es en esta etapa que el niño da ese gran paso, dejando atrás una etapa concluyente, su infancia y pasar a la etapa del desarrollo de los procesos mentales, psíquico más elaborados que lo prepararan directamente para la vida laboral independiente [...] El adolescente vive su presente, soñando con su futuro; está envuelto totalmente por la escuela, el maestro, las relaciones con los compañeros y la familia.<sup>4</sup>»

### **2.5.3 Rendimiento Académico:**

En nuestro sistema educativo de la educación básica regular existen ciertos criterios ya establecidos por el Ministerio de Educación que conciernen a las formalidades en cuanto al manejo de información de desarrollo académico que los estudiantes van logrando a lo largo de su proceso de aprendizaje durante su etapa

---

<sup>2</sup> Dávila, O. (2005). *Adolescencia y Juventud: de las Nociones a los Abordajes*. Lima: Última Década.

<sup>3</sup> Papalia, D. (1998). *Psicología*. Madrid: McGraw-Hill.

<sup>4</sup> Bozhovich, L. (1976). *La personalidad y su formación en la edad Infantil*. La Habana: Pueblo y Educación.

pre escolar, primaria y secundaria. Uno de los requisitos que pide el ministerio de educación a las instituciones educativas nacionales y particulares es el registro de los estudiantes en el sistema SIAGIE, donde se encuentra los datos del estudiante y su avance académico expresados en calificaciones cuantitativas, así como también la categoría a la que pertenece según sus logros académicos, es decir por promedios pueden pertenecer a: Tercio Superior, Tercio Medio y Tercio Inferior, datos que les son solicitados a los estudiantes para realizar sus traslados a otras instituciones educativas o cuando culminan sus estudios de nivel secundaria y postulan a una educación superior y de acuerdo a esta clasificación obtendrán beneficios económicos y académicos.

## **2.5.4 Metodologías de la enseñanza**

### ***2.5.4.1. Metodología constructivista***

La teoría constructivista, siguiendo los lineamientos de Piaget y Vygotsky, recomiendan: Entornos complejos que desafíen al niño en su aprendizaje y tareas auténticas que estén directamente relacionadas con el aprendizaje que se desea lograr.

- Negociación social y responsabilidad compartida como parte del aprendizaje.
- Representaciones múltiples del contenido impartido, de acuerdo a la realidad de los estudiantes.

### ***2.5.4.2. Metodología preuniversitaria***

Según Hurtado (2006), se suele llamar preparación preuniversitaria, a la que se realiza antes de presentarse a un Concurso de Admisión, generalmente de alguna universidad. Usualmente se daba después que el estudiante egresara de secundaria. Ésta fue vista para muchos como el puente necesario entre el colegio y la Universidad, debido a las deficiencias del sistema educativo ya que la mayoría de egresados de secundaria no podía ingresar a una universidad tan sólo con los conocimientos adquiridos durante la secundaria.

La preparación preuniversitaria ha cambiado en ciertos aspectos a lo largo de los años, influenciado en el sistema educativo de algunos colegios privados, por ejemplo, ya no se da exclusivamente en las academias preuniversitarias, sino también en colegios de educación básica regular; esta preparación ya no es posterior al término de la secundaria, sino durante esta; los profesores preuniversitarios, sean de la carrera de educación o no, han pasado a enseñar en los colegios, y a su vez muchos profesores de carrera adaptaron su trabajo al tipo preuniversitario (Hurtado 2006).

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1 Tipo, nivel y diseño utilizado**

##### **3.1.1 Tipo y enfoque**

La siguiente investigación se ha elaborado según el tipo de investigación aplicada ya que existen conocimientos previos sobre el tema realizado y debido a su objetivo principal, que es la búsqueda de solución a un problema específico, en la cual se evalúa, se hace una descripción, se interpretan resultados, se establecen precedentes de investigación y las implicancias del problema. Y de enfoque cuantitativo debido a que las mediciones y resultados serán mediante un instrumento que cuantifica las habilidades sociales (Hernández *et al.*, 2014).

##### **3.1.2 Nivel**

Esta investigación se elaboró mediante el nivel descriptivo de investigación científica, la cual nos permite ser específicos con las características de nuestro objeto o población a investigar, lo que nos permite realizar una descripción de la población con respecto a un hecho particular y un diagnóstico. Se empleará un instrumento de medición para registrar, medir la variable independiente los procesos que se generen.

##### **3.1.3 Diseño de investigación**

La tesis desarrollada tiene un diseño no experimental, ya que no está fundamentalmente ligada al aspecto de manipulación de las variables estudiadas. Tiene como principal objetivo la observación científica de una variable en un contexto cultural determinado no siendo, estas, provocadas intencionalmente por el investigador (Fernández *et al.*, 2014). Además, este estudio pertenece a un corte transversal descriptivo. Según Liu y Tucker citado en Fernández *et al.*, (2014) el diseño a nivel transversal determina que el procedimiento de recolección de datos solo se dará en un determinado tiempo.



## 3.2 Población y muestra

### 3.2.1 Población

La población de este estudio estará conformada por los alumnos de 5° año de secundaria del periodo escolar 2017, del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos, siendo un total de 386 alumnos.

### 3.2.2 Muestra

La muestra será conformada por los alumnos de 5° año de secundaria pertenecientes al tercio superior, del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos, año escolar 2017, siendo la cantidad de esta muestra de 77 alumnos.

La selección de la muestra es no probabilística de tipo intencional, utilizando los siguientes criterios para la selección:

Tabla 1.

*Criterios de inclusión y exclusión*

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
1. Alumnos de 5° año de secundaria	1. Alumnos de 1°, 2°, 3° y 4° año de secundaria.
2. Pertenecientes al tercio superior	2. Los que no pertenecen al tercio superior.
3. Alumnos matriculados en el periodo 2017.	3. Alumnos no matriculados en el periodo 2017.

## 3.3 Identificación de la variable y su operacionalización

### 3.3.1 Operacionalización de la variable

Para entender la forma de cómo estudiar la variable, se hará referencia al instrumento que se usará para su medición.

Tabla 2.

*Operacionalización de la variable Habilidades Sociales*

VARIABLE	DEFINICIÓN TEÓRICA	CATEGORÍA	DIMENSIONES	REACTIVOS
HABILIDADES SOCIALES	Es el conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo, de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas en los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.	Alto	Autoexpresión en situaciones sociales	1,2,10,11,19,20,28 y 29
		Promedio alto	Defensa de los propios derechos	3,4,12,21 y 30
		Promedio	Expresión de enfado y disconformidad	13,22,31 y 32
		Promedio bajo	Decir no y cortar interacciones	5,14,15,23,24 y 33
			Hacer peticiones	6,7,16,25 y 26
		Bajo	Iniciar interacciones positivas	8,9,17,18 y 27

### 3.4 Técnicas de evaluación y diagnóstico

#### 3.4.1 Técnicas

La técnica que fue utilizada en esta investigación fue de recolección de datos indirecta (Sánchez y Reyes, 2006), debido a que se evaluó mediante el uso de un instrumento.

#### 3.4.2 Instrumento

El instrumento utilizado fue “escala de habilidades sociales”.

## **Ficha Técnica**

<b>Nombre</b>	:	EHS, Escala de habilidades sociales
<b>Autora</b>	:	Elena Gísmero González (2000). Universidad Pontificia Comillas (Madrid) Facultad de Filosofía y Letras sección Psicología
<b>Aplicación</b>	:	Individual o colectiva
<b>Materiales</b>	:	Escala de Habilidades Sociales, hoja de aplicación, hoja de calificación lápiz
<b>Ámbito de aplicación</b>	:	Adolescentes y Adultos
<b>Duración</b>	:	Variable, aproximadamente de 10 a 15 minutos
<b>Finalidad</b>	:	Evaluación de la aserción y las habilidades sociales
<b>Baremación</b>	:	Baremos de población general (varones y mujeres, adultos y jóvenes)
<b>Indicadores</b>	:	Autoexpresión en situaciones sociales, defensa de los propios derechos como consumidor, expresión de enfado o disconformidad, decir no y cortar interacciones, hacer peticiones con el sexo opuesto e iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto.

La EHS, Escala de Habilidades Sociales está compuesta por 33 ítems, 28 de los cuales están redactados en el sentido de falta de aserción o déficit en habilidades sociales y 5 de ellos en sentido positivo. Consta de 4 alternativas de respuesta, desde “No me identifico en absoluto; la mayoría de las veces no me ocurre o no lo haría” a “Muy de acuerdo y me sentiría o actuaría así en la mayoría de los casos”.

## **Validez**

La validez hace referencia al grado en que la evidencia acumulada le da soporte a las interpretaciones de las puntuaciones del test para un propósito específico (AERA, APA Y NCME, 1999), el cual se obtiene del análisis de la relación entre los contenidos del test y el constructo que se pretende medir.

La validez de constructo en términos generales, hace referencia a la correlación dominio - total se refiere cada uno de los dominios con el total.

Por otro lado, para nuestra investigación, la validez interna de la variable estudiada fue realizada a través del análisis factorial, mediante el método del SPSS.

Se pudo determinar que existe correlación dominio – total, cada uno de los dominios tiene una buena correlación, altamente significativa con el resultado global del instrumento.

La prueba fue adaptada, validada y estandarizada en nuestro medio por Cesar Ruiz Alva el 2006.

## **Confiabilidad**

Por otro lado, se realizó el análisis de confiabilidad del instrumento de 33 ítems la cual tiene una alta consistencia interna como se expresa mediante el coeficiente alfa de Crombach: 0,88 y en el que todos los ítems, con apenas alguna excepción menor, tienen pesos de 0,40 o mayores en un primer factor sin rotar lo que permitió el uso de éste.

Entre el valor de cada ítem variaron entre ,099 y ,629 mostrando de esa manera que la consistencia interna de ítem-test es confiable.

## **Normas de aplicación**

### **a) Preparación**

Se debe tener listo el material a la mano, la cantidad de copias necesarias de acuerdo a la muestra prevista, las indicaciones escritas deben ser claras y fáciles de comprender.

### **b) Presentación inicial**

Ante todo, se procede a dar una breve explicación del motivo de la evaluación, siendo este parte de una investigación. Se iniciará con la presentación y respectivo saludo.

### **c) Indicaciones habladas**

Luego de haber iniciado con la presentación se procede a preguntar a los participantes si cuentan con un lapicero azul o negro. Después de observar que todos tengan sus materiales a la mano se procede a repartir la prueba a cada participante. Luego de haber repartido el material (la escala de Habilidades Sociales) se continúa con las indicaciones para el desarrollo de la prueba.

Se indica que para desarrollar esta escala se requiere que respondan con la mayor sinceridad posible desde su percepción personal a cada ítem en la prueba, no existe respuestas erradas o correctas. Se anuncia un aviso a los 3 minutos antes de terminar el tiempo para que puedan verificar sus respuestas y vean que todos los ítems se hayan respondido y se agradece la participación de cada uno de los sujetos que desarrollaron la escala.

## CAPÍTULO IV

### PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

#### 4.1 Procesamiento de datos

Para realizar el procesamiento de los datos obtenidos mediante la aplicación del instrumento de la “escala de habilidades sociales” de Gísmero, se procedió a:

- Elaborar una base de datos donde se vacíen las respuestas de cada sujeto y el puntaje que le corresponde, mediante el programa de Microsoft Excel, se realizó el análisis de frecuencia con respecto a las variables sociodemográficas.
- Vaciar los datos del instrumento de cálculo de Microsoft al programa estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 22.0 en la cual se realizará los análisis descriptivos para la búsqueda del valor mínimo y máximo, además de la media.

#### 4.2 Presentación de los resultados

Para hacer la presentación de los resultados primero, expondremos el análisis de los datos obtenidos.

Tabla 3.

*Estadísticos Descriptivos General*

N	77
Mínimo	54
Máximo	121
Media	93,13
Desviación estándar	12,994
Varianza	168,851

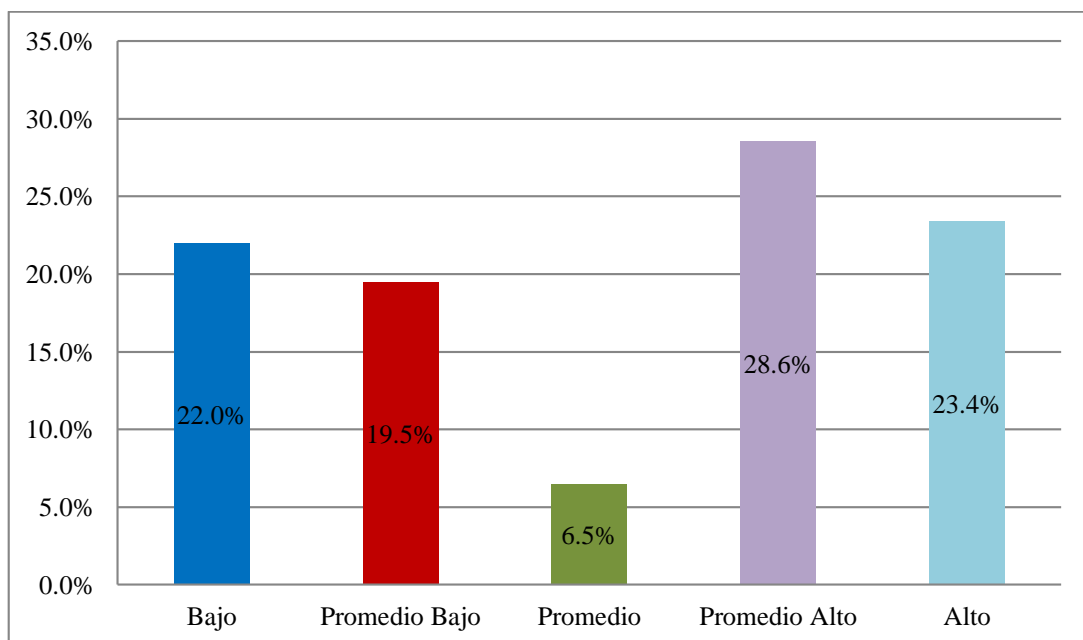
Se aprecia en la tabla 3, que la medida de tendencia central, la media es de 93,13 que se ubica en la categoría positiva. Mientras el puntaje mínimo obtenido por, al menos, un sujeto fue de 54, y, el puntaje máximo fue de 121.

### Objetivo general

Tabla 4.

#### *Análisis de Frecuencia de Habilidades Sociales global*

	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Bajo	17	22
Promedio bajo	15	19.5
Promedio	5	6.5
Promedio alto	22	28.6
Alto	18	23.4



*Figura 2. Frecuencia Porcentual de la Habilidad Social Global*

En figura 2 se puede mostrar que, un 22.0% de los alumnos cuentan con un nivel bajo en Habilidades sociales, de la misma forma un 23.4% de los alumnos del 5º año de

secundaria pertenecientes al quinto superior, del colegio con metodología preuniversitaria obtuvieron un nivel Alto.

Tabla 5.

*Estadísticos descriptivos de las dimensiones de habilidades sociales*

	<b>N</b>	<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación estándar</b>	<b>Asimetría</b>	<b>Curtosis</b>
Autoexpresión	77	10	32	24,05	4,158	-,824	,751
Defensa derechos	77	7	20	13,94	2,890	-,212	-,230
Expresión enfado	77	4	16	11,35	2,454	-,045	-,093
Decir no y cortar	77	7	20	14,71	2,842	-,151	-,148
Hacer peticiones	77	10	20	15,94	2,597	-,126	-,497
Iniciar interacciones	77	7	18	13,14	2,919	-,223	-,977

Aquí se muestran los resultados de las herramientas estadísticas descriptivas producto de la aplicación de los instrumentos a 77 sujetos para determinar valores de la variable “Habilidades sociales”. Los resultados permiten evidenciar las medidas de tendencia central, de posición y de dispersión. Estas muestran que los datos presentados son representativos, ya que todos los puntajes revelan asimetría negativa, lo que indica que la mayor densidad está acumulada sobre la media. El grado de asimetría no fue extremo ( $>1$ ), y la curtosis no mostró fuertes excesos. Por lo tanto, ambos estadísticos distribucionales pueden considerarse de moderada intensidad.

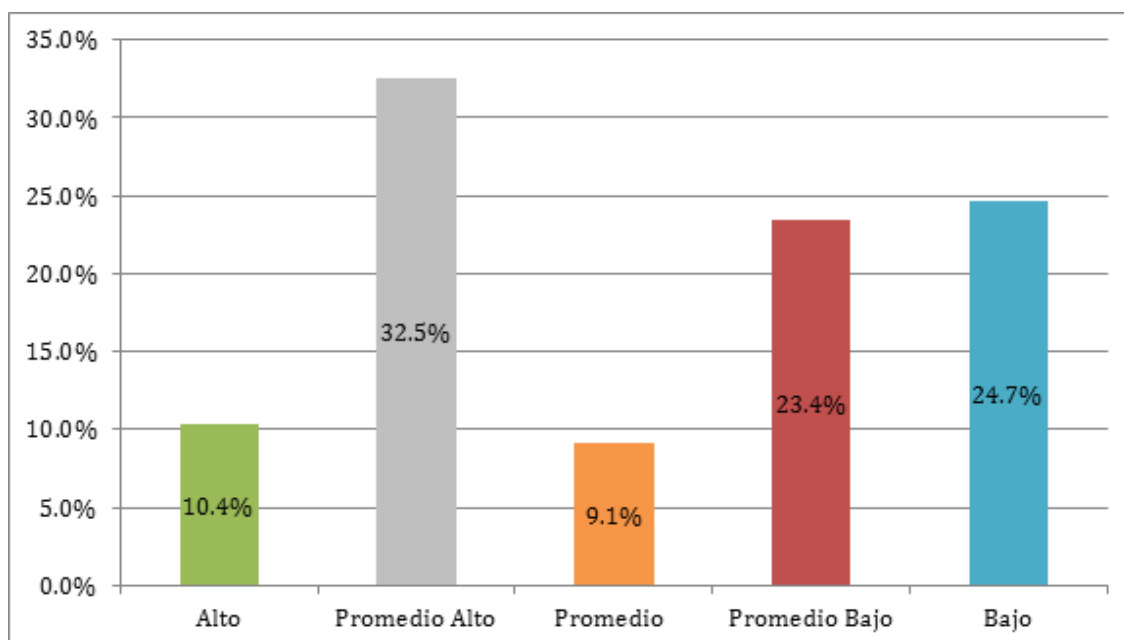


### Objetivo específico 1

Tabla 6.

#### *Análisis de Frecuencia de Habilidades Sociales de Autoexpresión*

	Frecuencia	Porcentaje
Alto	8	10.4 %
Promedio Alto	25	32.5 %
Promedio	7	9.1 %
Promedio Bajo	18	23.4 %
Bajo	19	24.7 %
Total	77	100 %



*Figura 3.* Frecuencia porcentual de la habilidad social de Autoexpresión

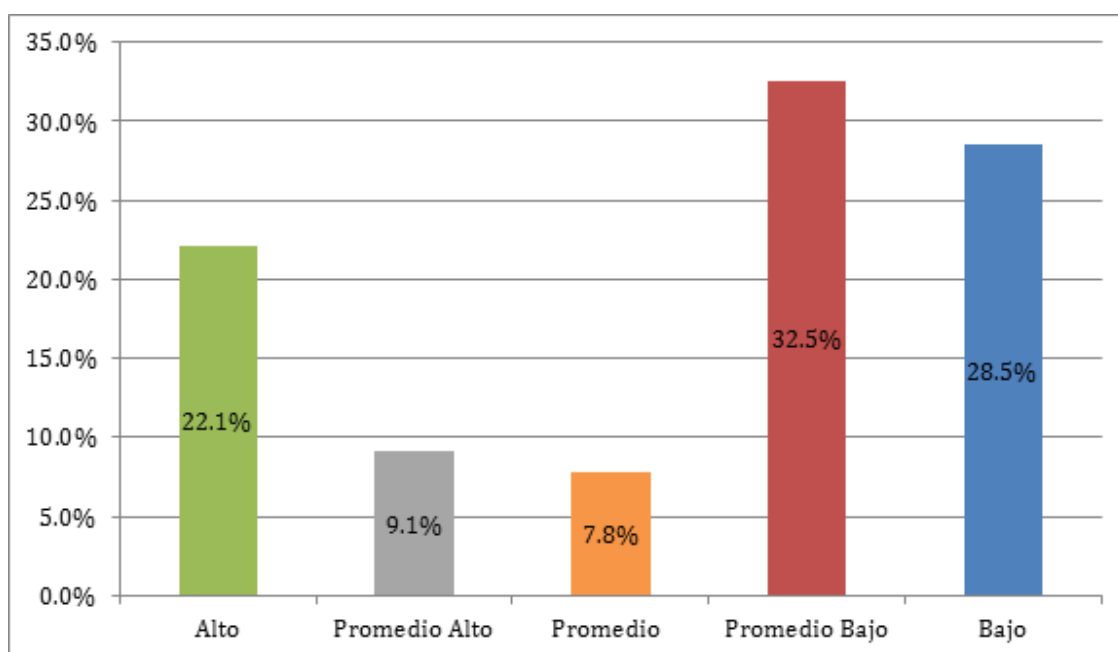
Al observar la tabla 6 y figura 3, se puede evidenciar que el 32.5 % de los estudiantes se encuentra en un nivel Promedio Alto, seguido por un 9.1 % que corresponde a el nivel Promedio.

## Objetivo específico 2

Tabla 7.

*Análisis de frecuencia de la habilidad social Defensa de los propios derechos*

	Frecuencia	Porcentaje
Alto	17	22.1%
Promedio Alto	7	9.1%
Promedio	6	7.8%
Promedio Bajo	25	32.5%
Bajo	22	28.5%
Total	77	100%



*Figura 4. Frecuencia porcentual de Habilidades Sociales Defensa de los propios derechos como consumidor*

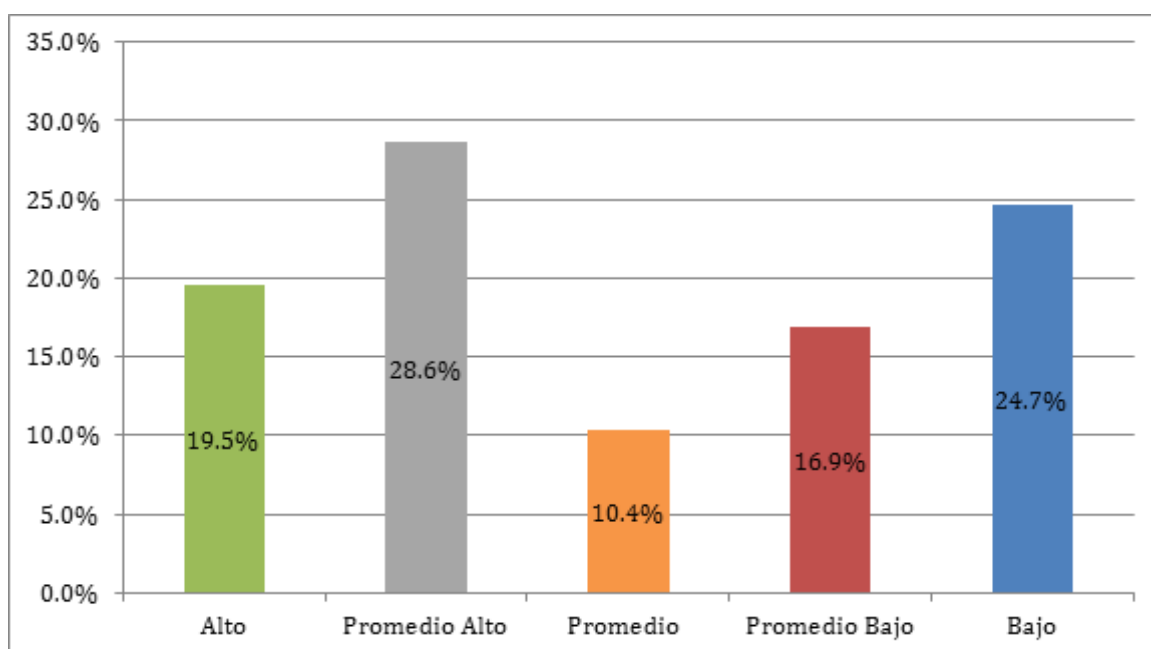
Podemos observar en la tabla 7 y en la figura 4 que el 32.5% de los estudiantes obtiene un nivel Promedio Bajo y el 28.5% de estudiantes que tiene un nivel Bajo.

### Objetivo específico 3.

Tabla 8.

*Análisis de la frecuencia de la habilidad social Expresión de enfado*

	Frecuencia	Porcentaje
Alto	15	19.5%
Promedio Alto	22	28.6%
Promedio	8	10.4%
Promedio Bajo	13	16.9%
Bajo	19	24.7%
Total	77	100%



*Figura 5. Frecuencia porcentual de la dimensión Expresión de enfado*

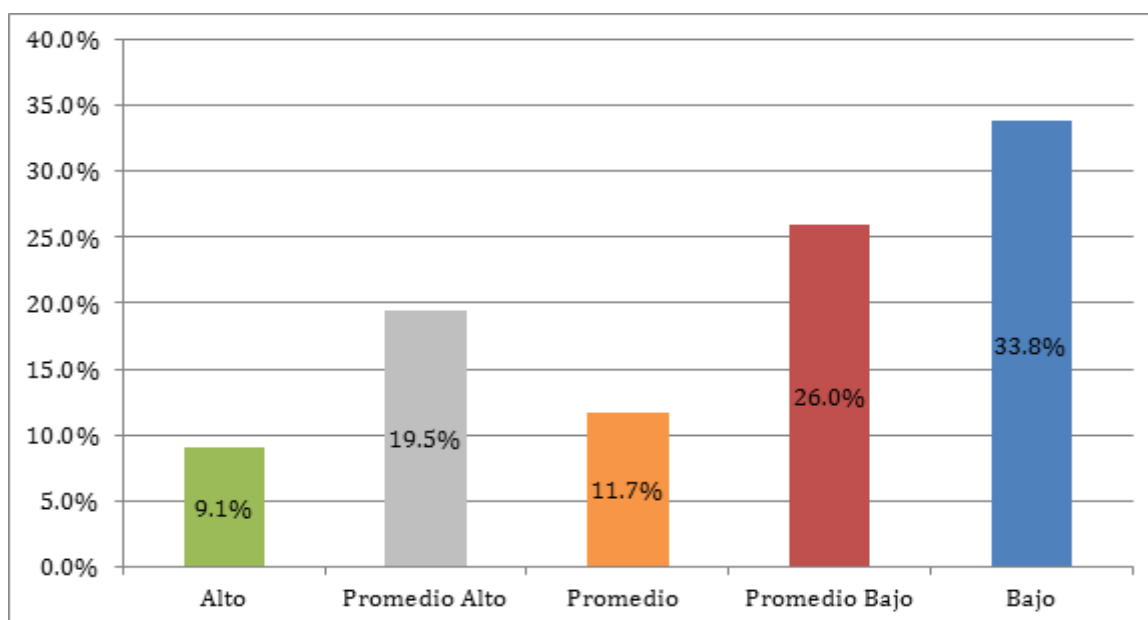
En la tabla 8 y figura 5 se puede observar que un 28% tiene un nivel Promedio Alto y un 24.7% se ubica en un nivel Bajo.

#### Objetivo específico 4.

Tabla 9.

*Análisis de la frecuencia de la Habilidad Social Decir NO y cortar interacciones*

	Frecuencia	Porcentaje
Alto	7	9.10%
Promedio Alto	15	19.50%
Promedio	9	11.70%
Promedio Bajo	20	26%
Bajo	26	33.8%
Total	77	100%



*Figura 6. Frecuencia porcentual de la dimensión Decir NO y cortar interacciones*

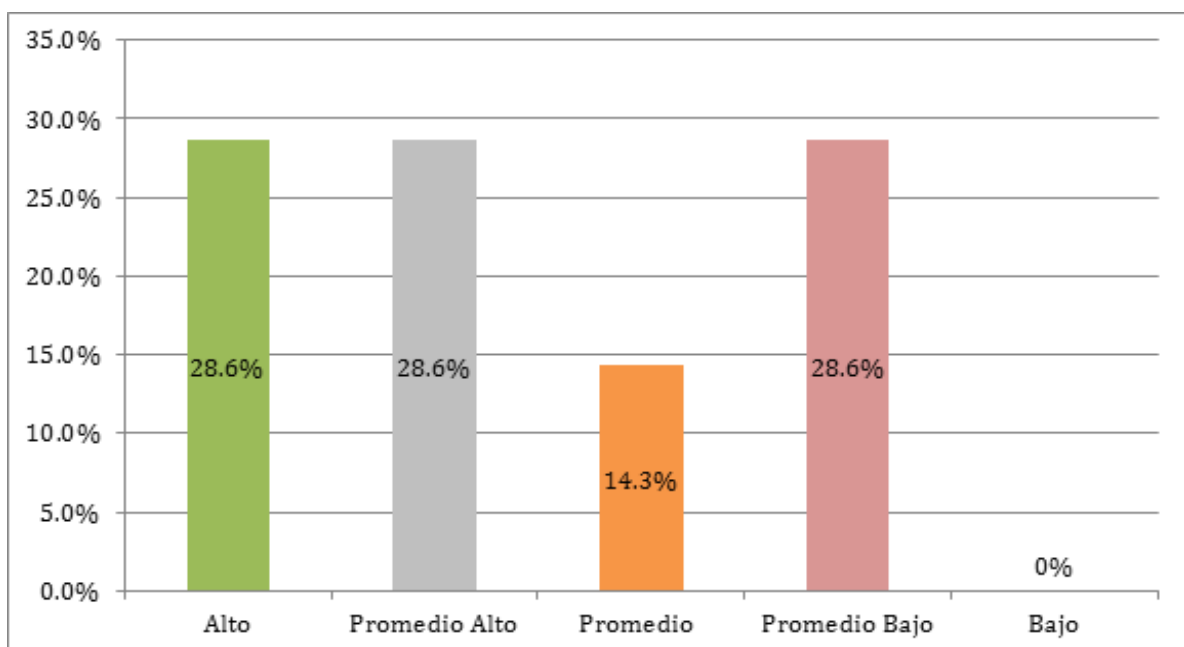
De acuerdo a la tabla 9 y la figura 6, podemos observar que el 33.8% se encuentra en un nivel Bajo, luego 26.0% tiene un nivel Promedio Bajo, resultados que son significativos.

### Objetivo específico 5.

Tabla 10.

*Análisis de frecuencia de la habilidad social Hacer peticiones con el sexo opuesto*

	Frecuencia	Porcentaje
Alto	22	28.60%
Promedio Alto	22	28.60%
Promedio	11	14.30%
Promedio Bajo	22	28.60%
Bajo	0	0 %
Total	77	100%



*Figura 7. Frecuencia porcentual de la dimensión Hacer peticiones*

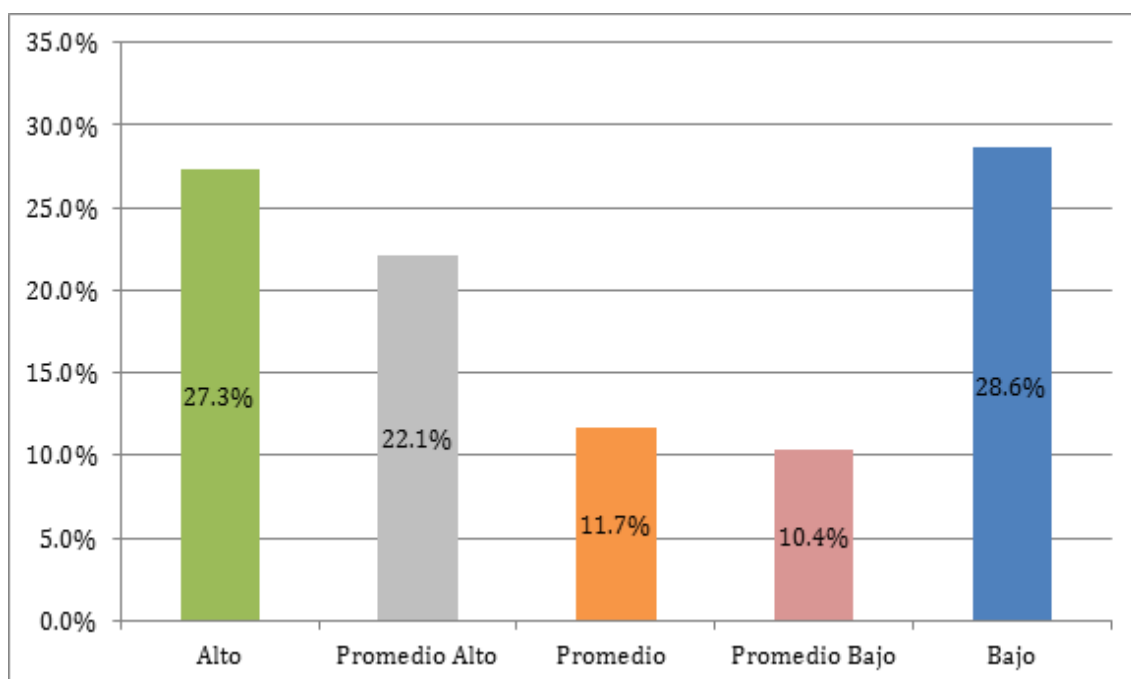
En la tabla 10 y figura 7 se puede identificar en tres de los niveles el mismo porcentaje es decir 28.6% para Promedio Alto, Alto y Promedio Bajo.

### Objetivo específico 6.

Tabla 11.

*Análisis de frecuencia de la habilidad social iniciar interacciones*

	Frecuencia	Porcentaje
Alto	21	27.3%
Promedio Alto	17	22.1%
Promedio	9	11.7%
Promedio Bajo	8	10.4%
Bajo	22	28.6%
Total	77	100%



*Figura 8. Frecuencia porcentual de la dimensión Iniciar interacciones*

En la tabla 11 y figura 8, podemos notar que hay un porcentaje de 28.6% de estudiantes que se encuentran en un nivel Bajo y el 27.3 un nivel alto.

### 4.3 Discusión de los resultados

En el desarrollo de la investigación se pudieron encontrar ciertas dificultades relacionadas básicamente a que no se ha podido encontrar muchos trabajos de investigación que trate la variable estudiada en una muestra específica que se está planteando, es decir estudiantes de 5° año de secundaria, que pertenezcan al tercio superior en un colegio con metodología preuniversitaria. Sin embargo, se pudo encontrar información de nuestra variable de estudio relacionada a otros constructos diferentes a las que se trabaja en esta investigación.

A continuación, el análisis de los resultados, se obtuvo el análisis de la media de tendencia central (93,13) se clasificó en un nivel Promedio bajo. Por lo que se muestra que los estudiantes del tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria tienden a un nivel bajo en cuanto al desarrollo de sus habilidades sociales. Además, en el análisis del objetivo general se observó que el resultado fue el nivel de desarrollo promedio alto (28.6%). Este puntaje y este porcentaje varían con los del análisis estadístico.

Cabe resaltar que si bien el promedio alto (28%) obtuvo el mayor puntaje, los niveles de desarrollo de habilidades sociales promedio bajo y bajo suman un puntaje considerable (41.5%).

Al igual que el estudio realizado por Cieza,C (2013), donde nos muestra el resultado obtenido en la habilidad social general, donde obtienen un nivel promedio alto (26%). Sin embargo, en los resultados de sus dimensiones hay porcentajes altos en un nivel promedio bajo.

En oposición a estos resultados, los estudios en escolares (Oyarzun, y colaboradores, 2012) muestran que en el caso de los hombres no existe relación de habilidades sociales y rendimiento académico por el contrario refiere sobre el éxito escolar ya que no parece estar vinculado con su éxito social.

Si bien es cierto que el resultado global señala que el 28.6% está en un nivel promedio alto, es necesario tomar en cuenta el 22% que obtiene un nivel promedio bajo ya que es significativo. Dewerick (1986) refiere que el contexto escolar es el ambiente de socialización por excelencia, donde niños y posteriormente adolescentes, pueden ensayar comportamientos interpersonales y relacionarse con modelos significativos como lo son

los compañeros y profesores. Monjas (1995), refiere que la persona puede poseer en su colección unas ciertas habilidades sociales, pero para que su ejecución sea óptima, la deberá poner en práctica en una determinada situación.

Pueda que los estudiantes de 5° año de secundaria pertenecientes al tercio superior tengan en su repertorio muchas habilidades sociales que los aprendieron en parte en la escuela de manera teórica y sepan que son necesarias, pero no saben cómo aplicarlas a su vida diaria.

Continuando con la dimensión de Autoexpresión los resultados mostraron un puntaje de 32.5% en el nivel promedio alto, sin embargo, en esta dimensión el 24.7% de los estudiantes tienen un nivel bajo y el 23.4% un nivel promedio bajo. Este resultado puede expresarse de la siguiente manera, la gran parte de los estudiantes de quinto año de secundaria pertenecientes al tercio superior de un colegio con metodología preuniversitaria, logran expresarse con facilidad; sin embargo, hay un porcentaje considerable de adolescentes que no logran interacciones positivas en contextos o situaciones sociales, poca facilidad para expresar las propias opiniones, los sentimientos.

De acuerdo al estudio realizado Ponce, citado en López (2017), existe correlación entre la dimensión de Autoexpresión y diferentes situaciones sociales.

Luego vemos que en la dimensión de Defensa de los propios derechos como consumidor se obtuvo como resultado que el 32.5% de los estudiantes expresan en un nivel promedio bajo, esto significa una baja expresión de conductas poco habilidosas frente a desconocidos en defensa de los propios derechos en situaciones por ejemplo de consumo de servicios, es decir pedir devolución de un producto defectuoso, no saber hacer el reclamo por un mal servicio recibido. Si a este resultado le sumamos el 28.5% de nivel bajo, estamos hablando que más de la mitad de los estudiantes, no tiene esta habilidad social desarrollada o fortalecida, no saben cómo exigir sus derechos.

Además, podríamos mencionar los resultados encontrados por Gómez, citado en López (2017), en su estudio llegó a la conclusión de que no hay diferencias significativas en cuanto a las habilidades sociales de los adolescentes según su género, a diferencia de la habilidad de defensa de los propios derechos como consumidor



En cuanto a la dimensión Expresión de enfado y disconformidad, se encontró que el 28% obtuvo un nivel promedio alto, es decir que dichos estudiantes evitan confrontaciones con otras personas de manera asertiva, tienen la habilidad de expresar enfado, sentimientos negativos justificados o desacuerdos con otras personas; frente a un 24.7% de estudiantes que se ubican en un nivel bajo cuyas características son, la poca habilidad para poder expresar las diferencias con los demás y se prefiere callar lo que les molesta con tal de evitarse enfrentamientos con los demás sean amigos o familiares.

Estos resultados de cierta forma son buenos ya que una de las dimensiones conductuales mayormente aceptadas es la de “expresión justificada de molestia, desagrado o enfado”, como lo refiere Furnham et al. , citado por Caballo, (1993).

Con respecto a la dimensión Decir no y cortar interacciones se pudo encontrar que el 33% se encuentra en un nivel bajo y el 26% está también ubicado en un nivel promedio bajo, estos porcentajes son significativos ya que denota que parte de los estudiantes no manejan bien la habilidad para cortar interacciones que no se desea mantener, puede ser un vendedor o un amigo que quiere seguir conversando en un momento en el que no deseamos hablar o con personas con las que no deseamos seguir saliendo o conservando una relación, así también poder negarse a ceder algo cuando nos molesta hacerlo. Se trata de un aspecto muy importante de ser asertivo, poder rechazar algo o a alguien y cortar con las relaciones a corto o largo plazo que no se está de acuerdo en seguir conservando por más tiempo, sin causar daño a nadie.

En la dimensión de Hacer peticiones, se obtuvo como resultado que el 28.6% de los estudiantes muestra un nivel alto en el desarrollo de esta habilidad es decir la facilidad de hacer peticiones a otras personas de algo que se dese ya sea con un amigo, o en situaciones comerciales, por ejemplo, en un restaurant y nos traen algo que no pedimos, cuando compramos alguna prenda y luego no nos queda, queremos cambiarlo o pedimos la devolución de nuestro dinero, etc. También el 28% de los estudiantes obtuvo un nivel de desarrollo promedio alto en esta habilidad, esto indicaría que más de la mitad de los estudiantes son capaces de hacer este tipo de peticiones sin excesiva dificultad.

Al igual que en los resultados de Campo; Martinez (2009) señalan que fueron las mujeres quienes obtuvieron mejores resultados en cuanto a la habilidad de hacer y

rechazar peticiones, interactuar con amigos y compañeros; en conclusión en cuanto a la muestra en general, necesitan mejorar en sus relaciones familiares.

En cuanto a la dimensión de Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto, podemos identificar que el 28.6% de los estudiantes obtuvo un nivel bajo, esto se ve reflejado en la dificultad que muestran al tratar de iniciar una conversación con el sexo opuesto, pedir un favor, solicitar una cita o poder hacer un cumplido, poder hablar con alguien que nos genere interés. Se observa también que el 27.3% de los estudiantes posee un nivel alto en esta habilidad nos indica que tienen facilidad para tales conductas Este resultado es contrario al que obtiene Campo, L.; Martínez, Y. (2009) en cuanto a esta dimensión del cuestionario de dificultades interpersonales, donde el 67.9% obtiene un buen desempeño. Sin embargo si sumamos el 22.1% que obtienen un promedio alto, al nivel alto, diríamos que el 49.4%, casi la mitad de los estudiantes poseen la capacidad de iniciar interacciones positivas sin ningún problema.

#### **4.4 Conclusiones**

- El análisis de la media (93,13) se pudo categorizar en un nivel promedio bajo en cuanto al nivel de desarrollo de habilidades sociales de los estudiantes de 5<sup>a</sup> año de secundaria pertenecientes al tercio superior de un colegio con metodología preuniversitaria.
- La muestra evaluada presenta que los estudiantes mantienen un nivel de desarrollo promedio alto (28.6%) y con un nivel alto de (23.4%), es decir los alumnos son propensos a poner en práctica adecuadas habilidades sociales, esto es en lo que concierne a la habilidad social global. Pero es necesario resaltar el porcentaje de (22%) con un nivel bajo, resultado significativo.
- En relación a la dimensión de Autoexpresión en situaciones sociales, los estudiantes obtienen (32.5%) en un nivel promedio alto y un (10.4%) tiene un nivel alto, estos resultados obtenidos son medianamente inferior a los resultados del (24.7%) de nivel bajo, sumado el (23.4%) con nivel promedio bajo. Estos resultados evidencian que hay porcentaje casi parejo entre los estudiantes que se expresan sin dificultad en diferentes situaciones sociales, con los que les cuesta expresarse de forma natural y sin ansiedad.

- Respecto a la dimensión Defensa de los propios derechos, resaltan los resultados obtenidos en el nivel promedio bajo (32.5%) y el nivel bajo (28.5%) estos porcentajes representan más del 50% de los estudiantes que presentan dificultades en exigir sus derechos, reclamar algo justo en su beneficio.
- En el resultado de la dimensión Expresión de enfado, el (28.6%) de los estudiantes obtuvo un nivel Promedio alto, esto significa que tienen la habilidad de expresar desacuerdos con otras personas, sentimientos negativos justificados o expresar enojo, sin ofender a los demás; frente a un (24.7%) que obtuvo un nivel bajo, es decir estos estudiantes no poseen dicha habilidad para expresar de manera asertiva sus sentimientos de enojo
- En la dimensión Decir no y cortar interacciones, se observó que un (33%) de los estudiantes posee un nivel bajo, lo que significa que les cuesta poder cortar relaciones que no desean mantener ya sea con los amigos, con un vendedor, con la familia, etc. Poca habilidad para expresar una negativa ante una solicitud o pedido.
- Por último, se obtuvo en la dimensión Hacer peticiones tiene un (28.6%) de los estudiantes obtiene un nivel alto y este resultado sumado al (28.6%) que obtuvieron un nivel promedio alto, representa un poco más de la mitad de los estudiantes que poseen la habilidad para expresar peticiones de algo que necesiten o deseen a otras personas sea amigos o desconocidos. Sin embargo, el (28.6%) obtiene un nivel promedio bajo significativo para considerarlo, ya que no poseen las habilidades mencionadas.

#### **4.5 Recomendaciones**

- De acuerdo a nuestros resultados globales podemos observar que los estudiantes de 5º año de secundaria tienden a tener adecuadas habilidades sociales; sin embargo existe un porcentaje notable de estudiantes con un nivel promedio bajo y bajo. Se sugiere desarrollar un programa que priorice y fortalezca el desarrollo de las habilidades sociales tanto así, como el desarrollo de sus habilidades cognitivas, y se debe tener en consideración las características y necesidades de cada año del nivel secundaria.
- En el centro educativo se identifica en relación a la habilidad social de autoexpresión un porcentaje equitativo entre el alto, promedio alto y el promedio bajo y bajo. Es decir casi la mitad de los estudiantes evaluados necesitan fortalecer esta habilidad y la

otra parte maneja bien esta habilidad. Incorporar, explícita y programada en el marco curricular de la institución educativa la formación y desarrollo de las habilidades sociales recalcando que debe hacerse desde los primeros años de educación escolar como parte inherente al desarrollo de todos los individuos. En el caso de la institución educativa participante se puede dar a futuro ya que por el momento sólo cuenta con el nivel secundario.

- Los resultados nos muestran un bajo nivel en cuanto al desarrollo de la habilidad social de defensa de los propios derechos y es en este punto donde se sugiere reforzar el tema dentro del programa de desarrollo de habilidades sociales que se está sugiriendo al inicio de estas recomendaciones, así también se refuerce e implemente en las clases de tutoría en la escuela.
- En cuanto a la dimensión de expresión de enfado, los estudiantes obtienen un nivel promedio alto, sin embargo aquí también hay un porcentaje considerable cuyo nivel de desarrollo de habilidades sociales es bajo, es necesario trabajar esta habilidad para prevenir conductas agresivas entre los alumnos y brindar al estudiante espacios donde pongan en práctica mejores relaciones con su entorno y con las personas que los rodean y con quienes conviven llámese familiares o compañeros del colegio.
- Según los resultados, los estudiantes poseen un nivel bajo en cuanto a la habilidad de decir no y cortar interacciones, es decir a los alumnos les cuesta negarse con facilidad ante el pedido de algún compañero sea para prestar algo o rechazar alguna invitación a algún lugar que él no desea asistir o participar. Se debe reforzar ésta habilidad ya que ayudaría a los jóvenes a poder evitar situaciones de riesgo o hacer respetar su sentir.
- Si tenemos en cuenta que en la habilidad de hacer peticiones el nivel alto y promedio alto suman un puntaje mayoritario, podemos decir que la mayoría de los alumnos tienen la habilidad para solicitar o pedir prestado algo que se desee o necesite.
- También se debe involucrar la participación de los docentes, persuadiéndolos de pasar de una posición academista a holística significativa y provocar así en los alumnos cambios positivos en sus actitudes y valores. En la escuela los docentes transmiten modelos consciente o inconscientemente. Es por eso necesario un compromiso institucional que contribuya a hacer de la escuela un espacio de mutuo aprendizaje.

- Así mismo se deberá involucrar más a los padres de familia ya que es el hogar el primer contexto socializador y cuna de los primeros modelos a los que están expuestos los estudiantes, esto se podrá realizar mediante talleres o escuelas para padres.
- Concientizar a las autoridades académicas del centro educativo acerca de la urgencia de implementar el programa de intervención para el desarrollo de las habilidades sociales dirigidas a los estudiantes y que se encuentra elaborado en este trabajo de investigación.
- Capacitación y monitoreo frecuente del programa de intervención para el desarrollo de las habilidades sociales en el centro educativo, que involucra a toda la comunidad educativa.

## **CAPÍTULO V**

### **PROGRAMA DE INTERVENCIÓN**

#### **5.1 Denominación del programa**

##### **“EJERCITANDO MIS HABILIDADES”**

#### **5.2 Introducción**

Este programa de intervención “EJERCITANDO MIS HABILIDADES” se ha elaborado con el fin de desarrollar y reforzar habilidades sociales en los estudiantes pertenecientes al tercio superior de un colegio con metodología preuniversitaria de los Olivos y tiene como motivo ofrecer herramientas a nivel cognitivo, conductual y emocional para lograr su bienestar integral.

Se ha considerado para el presente programa de intervención el enfoque del aprendizaje social o llamado también modelo cognitivo del aprendizaje social y que nos ofrece la técnica del modelado, que refiere presentar modelos que proporcionen ejemplos de comportamientos adecuados que puedan ser observados y copiados; otra técnica es la del modelo significativo, en este caso el modelo no es presencial, sino que se puede aprender un comportamiento a través de películas, libros, etc. Y una técnica más es la del ensayo conductual, donde se realiza representaciones estructuradas con guion o ayuda del moderador. Consideramos que sus técnicas son aplicables en la realidad educativa de la institución con la que se está trabajando.

Mientras el adolescente observe a su alrededor conductas adecuadas y reforzadas en forma positiva, copiará estos modelos y en el mejor de los casos generalizará estas conductas adecuadas a otros entornos, como el familiar, personal y social.

#### **5.3 Descripción de la problemática**

La adolescencia resulta ser una etapa del desarrollo en las que el joven debe enfrentar diversas situaciones y tareas que implican relaciones interpersonales diferentes a las que enfrentaba cuando era niño y debe desarrollar habilidades para resolver problemas sociales de una manera independiente. Los adolescentes deben integrarse a un grupo de pares, hacer amigos, aprender a conversar, aprender comportamientos heterosexuales, etc.

En las conclusiones de la investigación los resultados encontrados nos muestran que los adolescentes tienen un nivel bajo en casi en todas las dimensiones de la escala de habilidades sociales, es decir en “Decir no y cortar interacciones”, “Iniciar interacciones positivas”, “Defensa de los propios derechos”, “Expresión de enfado y disconformidad” y “Autoexpresión en situaciones sociales”, los estudiantes obtienen un nivel bajo, excepto en la dimensión “hacer peticiones” en la que el 28.6 % obtuvieron un nivel promedio bajo. Es decir que los estudiantes que obtienen nivel bajo les cuesta poder rechazar alguna situación o persona que les incomode, muestran dificultad para iniciar conversación con otra persona del sexo opuesto, así como dificultad para exigir sus derechos para la obtención de un bien o servicio, también muestran poca capacidad para expresar su disconformidad o enojo, así como poca habilidad para expresar sus opiniones y sentimientos y poca facilidad para solicitar o reclamar algo justo.

## **5.4 Establecimiento de objetivos**

### **5.4.1 Objetivo general**

Fomentar conductas asertivas en los estudiantes del tercio superior mediante el programa de intervención “Ejercitando mis habilidades” para lograr un mejor desenvolvimiento interpersonal.

### **5.4.2 Objetivos específicos**

- Desarrollar la habilidad para cortar relaciones que no se desean mantener y decir no a situaciones o personas, en los estudiantes mediante la técnica del modelado.
- Incentivar habilidades básicas de interacción social, pedir y negar favores, en los estudiantes mediante la técnica del ensayo conductual.
- Reforzar la expresión de conductas asertivas frente a otros en defensa de los propios derechos, en los estudiantes mediante la técnica del modelo simbólico.
- Trabajar la expresión de enfado y disconformidad, en los estudiantes mediante la técnica modelado.
- Intensificar la habilidad de autoexpresión en diferentes situaciones sociales, en los estudiantes mediante la técnica de ensayo conductual.

- Mejorar la habilidad para hacer peticiones en los estudiantes, a través de la técnica del modelado.

## **5.5 Justificación**

Este programa de intervención es necesario e importante ya que nos permitirá ofrecer al adolescente a través de las técnicas del enfoque de aprendizaje social las herramientas adecuadas para el desarrollo de conductas habilidosas, que le serán de utilidad a lo largo de su vida para incorporarse a sus entornos más inmediatos de manera eficaz.

Se necesita apoyar y guiar a los adolescentes durante una etapa de la vida en la que afrontan una serie de cambios no solo físicos, sino también a nivel emocional, social e intelectual.

En este sentido es muy importante respaldarlos y acompañarlos en el proceso de constante aprendizaje y puedan expresar con facilidad sus necesidades, emociones, frustraciones, dudas y demás, así mismo reforzar las capacidades propias de la persona y detectar aquellas conductas y hábitos no saludables y poder corregirlos.

Este programa de intervención pretende desarrollar las habilidades necesarias para que los adolescentes puedan integrarse de manera efectiva a una sociedad en constante cambio y frecuentes riesgos sociales.

## **5.6 Alcance**

Este programa de intervención va dirigido a los estudiantes de educación secundaria que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria en Los Olivos, conformado por 77 alumnos, cuyas edades van de 15 a 17 años.

## **5.7 Metodología de la intervención**

Este programa de intervención trabajará con el enfoque de la teoría del Aprendizaje Social o modelo cognitivo de aprendizaje social. Este programa estará compuesto por 13 sesiones, se trabajarán 4 sesiones por mes y tendrán una duración de una hora pedagógica y se realizará en la hora de tutoría. Toda la actividad se desarrollará dentro de la institución educativa.



Se utilizarán las siguientes técnicas:

- ❖ Aprendizaje observacional a través del modelado
- ❖ Modelo significativo
- ❖ Ensayo conductual
- ❖ Aprendizaje de instrucción verbal

## **5.8 Recursos**

### **5.8.1 Recursos Humanos**

Psicóloga responsable: Flores Cisneros, Claudia

Un tutor asistente

Directora: Portugal Pacheco, Katherine

### **5.8.2 Recursos Materiales**

- Ambiente
- Equipos: Ecran,
  - Proyector,
  - Videos,
  - USB,
  - Computadora
- Útiles de escritorio: Hojas bond,
  - Plumones,
  - Limpia tipo
  - Papelotes

- Un muñeco
- Un ovillo de lana
- Sillas, mesas
- Otros

### 5.8.3 Recursos Financieros

La institución educativa financia los gastos.

<b>Cantidad</b>	<b>Materiales</b>	<b>Costo</b>
1	Hojas bond	S/. 12.00
1	Muñeco	S/. 15.00
1	Ovillo de lana gruesa	S/. 4.00
14	Papelotes	S/. 7.00
14	Plumones	S/. 42.00
7	Limpia tipo	S/. 14.00
1	Cinta adhesiva	S/. 6.00
1	CD	S/. 5.00
2 pliegos	Cartulina	S/. 3.00
<b>TOTAL</b>		<b>S/.108.00</b>

## 5.9 Cronograma y actividades

ACTIVIDADES	MAYO				JUNIO				AGOSTO				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Sesión N°01 1. Si quiero decir no, lo digo y lo sustento													
Sesión N°02 2. Tengo derecho a decir no													
Sesión N°03 3. Aprendiendo a decir no													
Sesión N°04 4. Mi bienestar primero													
Sesión N°05 5. Me presento y me relaciono con los demás													
Sesión N°06 6. Expresando mis mensajes con claridad													
Sesión N°07 7. Porque es justo, lo exijo													
Sesión N°08 8. Merezco recibir y dar un buen trato													
Sesión N°09 9. Aprendiendo a conocer mis emociones													
Sesión N°10 10. Manejo mis emociones y no ellas a mí													
Sesión N°11 11. Para poder expresarme, debo conocerme													
Sesión N°12 12. Expresándome sin temor													
Sesión N°13 13. Utilizo las palabras adecuadas													

## PROGRAMA DE INTERVENCIÓN: “EJERCITANDO MIS HABILIDADES”

**SESIÓN N° 1: SI QUIERO DECIR NO, LO DIGO Y LO SUSTENTO** Área a trabajar: Decir no y cortar interacciones

**Objetivo:** Aprender a decir no a relaciones que no deseo mantener, con la técnica del modelado del enfoque del aprendizaje social

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Bienvenida y presentación del tutor a cargo	Presentarse y conocer al grupo	❖ La psicóloga se pone delante del grupo y da la bienvenida a este taller y pide un fuerte aplauso para todos los participantes.	5 minutos	Salón de clase
Dinámica “El ovillo de lana”	Que cada integrante participe y se presente ante los demás.	❖ La psicóloga dará la siguiente indicación: “Yo iniciaré con el ovillo en mi mano y me presentaré, diré mi nombre y alguna característica positiva mía, luego pasaré el ovillo sin soltarlo del todo a otro compañero, quien hará lo mismo, para esto todos estaremos ubicados en círculo. Todos participan.	8 minutos	Salón de clase. Ovillo de lana
Conceptualizar Toma de decisiones	Entender el significado de Toma de decisiones y su importancia	❖ La psicóloga explicará algunos conceptos importantes ❖ <b>Toma de decisiones:</b> Proceso mediante el cual se realiza una elección entre diferentes opciones, para resolver diferentes situaciones. ❖ <b>Etapas:</b> Identificar el problema Generar soluciones alternativas Considerar las ventajas y desventajas de cada alternativa. Elegir la mejor y aplicarla para solucionar el problema.	8 minutos	Ecran Diapositivas Salón de clase sillas
Modelado	Experimentar situaciones en las que ponemos en práctica la toma de decisiones asertivas.	❖ Se formarán grupos de 5 integrantes, a cada grupo se le presentará un caso que tendrán que escenificar y luego en grupo, discutirán el caso y plantearán la mejor solución para luego representarla ante todo la clase. ❖ Al finalizar cada escenificación se pide un fuerte aplauso para los participantes. ❖ La psicóloga reforzará la intervención de cada grupo. Anexo 1: casos	20 minutos	Salón de clase
Reforzamiento	Repasar y reforzar lo aprendido	❖ Se pide la participación voluntaria para responder a las siguientes preguntas: ❖ ¿Qué hemos aprendido hoy? ❖ ¿Crees que lo que has aprendido lo puedas aplicar a tu vida diaria? ❖ ¿En qué situaciones por ejemplo? Se cerrará la sesión reforzando la importancia de tomar buenas decisiones.	5 minutos	Salón de clase

**SESIÓN N° 2: YO DECIDO DECIR NO** Área **a trabajar:** Decir no y cortar interacciones

**Objetivo:** Tomar consciencia del derecho a decir “no” de manera asertiva, con la técnica del modelado simbólico del enfoque del aprendizaje social

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Saludo	Recibir cálidamente a los estudiantes	❖ La psicóloga se pone delante del grupo y da la bienvenida a este taller y pide un fuerte aplauso para todos los estudiantes por su participación.	5 minutos	Salón de clase
Dinámica “Te lo digo”	Poder expresarse sin temor	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La psicóloga indica que se formen en círculo.</li> <li>❖ La psicóloga iniciará explicando que tomará un muñeco y le dirá algo que no le agrada que le pase, por ejemplo: Yo le digo al muñeco “no me gusta que me llamen con sobrenombres” y paso el muñeco a mi compañero y éste dirá algo que no le guste a él y así sucesivamente hasta el último de los integrantes.</li> <li>❖ Se quiere lograr que todos puedan expresar algo que les incomode.</li> </ul>	7 minutos	Salón de clase muñeco
Exposición “Decisiones”	Exponer teóricamente el contenido de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La psicóloga explicará el tema a trabajar:</li> <li>❖ <b>Recordar que tenemos derecho</b> a tomar nuestras propias decisiones.</li> <li>❖ Expresar nuestros propios sentimientos y opiniones, juzgar nuestras necesidades, establecer nuestras prioridades y decir “no” sin sentirnos culpables y de la misma forma pedir lo que queremos entendiendo que las otras personas también tienen derecho a decir no.</li> <li>❖ <b>Tendremos en cuenta las pautas</b> para enfrentar estas situaciones tomando buenas decisiones y manejando la presión de grupo.</li> <li>❖ Es importante: Decir no y también recibir y responder a una negativa de manera asertiva.</li> </ul>	8 minutos	Ecran Diapositivas Salón de clase sillas
Modelado simbólico	Experimentar	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La psicóloga pedirá que se formen grupos de 7 integrantes</li> <li>❖ A cada grupo se le hará entrega de una copia donde se plantea un caso. (Anexo 2: Casos)</li> <li>❖ Deliberarán en grupo y plantearán su solución y lo expondrán a todos.</li> </ul>	20 minutos	Salón de clase copias
Preguntas y respuestas	Repasar lo aprendido	Se refuerza los puntos importantes y como tarea se les pide que en su cuaderno mencionen 5 situaciones en las que han dicho NO a algo y cómo lo hicieron, si fue de manera asertiva o no.	5 minutos	Salón de clase cuaderno

### SESIÓN 3: APRENDIENDO A DECIR NO **Área a trabajar:** Decir no y cortar interacciones

**Objetivo:** Reconocer personas y situaciones problemáticas, decir no y alejarme, a través de la técnica del modelado del aprendizaje social

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Saludo	Recibir a los estudiantes con entusiasmo	❖ La psicóloga se pone delante del grupo y saluda cordialmente y les pide que se coloquen sus solapines con sus nombres.	5 minutos	Salón de clase
Dinámica “El espejo”	Que cada integrante participe.	❖ La psicóloga pedirá al grupo que formen pareja con un compañero, se colocan frente a frente y uno de ellos será un espejo por lo tanto copiará todo lo que hace el otro, puede ser muecas o movimientos con sus manos, brazos y pie.	7 minutos	Salón de clase.
Exposición del tema: “Presión de grupo”	Informar significados e importancia del tema a trabajar	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <b><u>Es muy importante saber lo siguiente:</u></b> Para saber decir no y cortar con relaciones que no nos agraden debemos tener en cuenta que habrá situaciones en las que la “Presión de grupo” influya en nuestra conducta y debemos aprender a manejar esta situación.</li> <li>❖ <b><u>La presión de grupo:</u></b> Es una fuerza positiva o negativa que ejerce un determinado grupo sobre una persona, influyendo en sus conductas o ideas.</li> <li>❖ Algunos factores que hacen a los adolescentes más vulnerables a esta presión: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Falta de habilidades sociales</li> <li>- baja autoestima</li> <li>- baja percepción del riesgo.</li> </ul> </li> <li>❖ <b><u>Técnicas que podríamos utilizar para decir no y enfrentar la presión de grupo:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- dándoles la razón aparentemente y repitiendo la negativa. Por ejemplo: “tienen razón, parece una buena idea, pero no, gracias”</li> </ul> </li> </ul>	8 minutos	Ecran Diapositivas Salón de clase sillas
Modelado	Reconocer a los modelos positivos y copiarlos	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Se proyectará un video “como aprender a decir ¡no! Sin sentirse culpable” YouTube <a href="https://www.youtube.com/watch?v=quWZOZ8bfug">https://www.youtube.com/watch?v=quWZOZ8bfug</a></li> <li>Un segundo video musical “aprender a decir no” YouTube <a href="https://www.youtube.com/watch?v=57vsC8WnQpM&amp;list=PL96SKUssX4aYNC">https://www.youtube.com/watch?v=57vsC8WnQpM&amp;list=PL96SKUssX4aYNC</a></li> <li>❖ ¿Qué les pareció el mensaje de los videos? ¿Creen que es fácil decir no?</li> <li>❖ La psicóloga pide la intervención de los estudiantes.</li> </ul>	20 minutos	Ecran videos Salón de clase
Preguntas y respuestas	Repasar y reforzar lo aprendido	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Voluntariamente compartirán situaciones personales en las que se hallan sentido presionados a decir o hacer algo.</li> <li>❖ Escribirás en tu cuaderno como responderás la próxima vez que te sientas presionado a hacer o decir algo. Menciona tres situaciones. Una en casa, una en la escuela, y una en tu grupo de amigos del barrio.</li> </ul>	5 minutos	Salón de clase

**SESIÓN 4: MI BIENESTAR PRIMERO Área a trabajar:** Decir no y cortar interacciones

**Objetivo:** Expresar rechazo para proteger la integridad física y emocional, con la técnica del modelado simbólico del enfoque de aprendizaje social

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Saludo	Reconocer la participación de los estudiantes.	❖ La psicóloga se pone delante del grupo y pide un fuerte aplauso para todos los participantes por su presencia.	5 minutos	Salón de clase
Lluvia de ideas	Iniciar introducción al tema	❖ La psicóloga preguntará ¿Alguna vez en el colegio, has aceptado situaciones en las que no has querido participar?, por ejemplo: Tus amigos te invitaban después de la escuela a pasar el rato en el parque, o salías al recreo cuando en realidad querías quedarte en el aula o prestabas una tarea en la que te habías amanecido. ¿Estas situaciones te generaron bienestar o malestar?	8 minutos	Salón de clase.
Exposición del tema: “La salud”	Definir algunos términos importantes	❖ Primero definamos lo que significa: ❖ <b>Salud:</b> Estado en la que un ser vivo u organismo no tiene ninguna lesión ni padece ninguna enfermedad y ejerce con normalidad todas sus funciones. ❖ La OMS (Organización mundial de la salud) dice: “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” ❖ <b>Bienestar físico y emocional:</b> Es un estado de satisfacción personal que considera como positivos y/o adecuados aspectos tales como la salud o bienestar psico-biológico, la armonía consigo mismo y con el entorno. ❖ Debes cuidar tu integridad física y emocional, evitando actos de violencia.	7 minutos	Ecran Diapositivas Salón de clase sillas
Modelado simbólico	Presentar personajes que sirvan como modelos positivos	❖ La psicóloga muestra al grupo la imagen de dos adolescentes muy alegres, que parecen gozar de buena salud y otra imagen donde están haciendo deporte. ❖ Menciona a los estudiantes que esos muchachos los representan a ellos. Les pregunta ¿Por qué creen que se les ve muy bien? ¿Cómo se sentirán? ¿Cómo estarán de salud? ¿Qué actividad realizarán para ello? ❖ Se responderán las preguntas con la participación de los estudiantes en forma voluntaria y se analizará la importancia del cuidado de nuestra persona tanto física y emocional.	20 minutos	Salón de clase Imágenes
Reflexión	Reforzar la importancia del rechazar cualquier acción que nos cause daño	❖ Enfatizar la necesidad de una vida saludable y mostrar nuestro derecho a decir no y cortar relaciones que nos generen malestar o atenten contra nuestro bienestar.	5 minutos	Salón de clase

**SESIÓN 5: ME PRESENTO Y ME RELACIONO CON LOS DEMÁS Área a trabajar:** Iniciar interacciones positivas

**Objetivo:** Propiciar el inicio de nuevas relaciones interpersonales, con la técnica de ensayo conductual, del enfoque de aprendizaje social.

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Bienvenida Saludo	Recibir a todos los participantes cordialmente	❖ La psicóloga se ubica frente a toda la clase y les da una cordial bienvenida y los felicita por su participación en el taller.	5 minutos	Salón de clase
Dinámica: La entrevista	Conocer algunas características de los compañeros	❖ La psicóloga pide que se formen en pareja, luego cada pareja iniciará una pequeña entrevista a su compañero(a), cuál es su deporte favorito, cuántos años tiene, su nombre, su curso favorito, etc. Luego por sorteo se elegirán a 5 parejas para que hagan la presentación de su compañero delante de la clase.	10 minutos	Salón de clase.
Exposición del tema: “La comunicación I”	Definir el significado del tema a trabajar	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La psicóloga expondrá acerca de lo que significa la comunicación y cómo esta puede ayudar o no a iniciar nuestras relaciones con los demás.</li> <li>❖ <b>La comunicación:</b> Es compartir ideas y pensamientos, transmitir y recibir mensajes, esto implica que el que envía el mensaje lo debe hacer en forma clara y precisa y el que recibe lo entienda adecuadamente y responda correctamente.</li> <li>❖ <b>Elementos de la comunicación:</b> Emisor, Mensaje, Receptor, Entorno, Refuerzo, Interferencia y Retroalimentación.</li> <li>- Se explica cada uno de los elementos de la comunicación, su importancia y porque se debe tomar en cuenta para una adecuada interacción con los que nos rodean.</li> <li>❖ <b>Clases de comunicación:</b></li> <li>- Comunicación verbal</li> <li>- Comunicación no verbal</li> </ul>	8 minutos	Ecran Diapositivas Salón de clase sillas
Ensayo conductual	Escenificar posibles soluciones al enfrentar ciertas situaciones	La psicóloga planteará 5 situaciones donde tendrán que poner en práctica su manejo de relaciones interpersonales y formará 5 grupos, a cada grupo le corresponde una situación. Una vez que dialoguen en grupo, saldrán a escenificar su solución. Responderán también a la pregunta ¿qué dificultades tuvieron como grupo? (Anexo 3: Situaciones)	20 minutos	Salón de clase
Preguntas y respuestas	Repasar lo aprendido	❖ Se pregunta a todos y responde el que levante la mano: ¿Será fácil iniciar conversación con compañeros que recién hemos conocido? ¿Por qué crees que pasa esto?	5 minutos	Salón de clase



**SESIÓN 6: EXPRESANDO MIS MENSAJES CON CLARIDAD Y PRECISIÓN Área a trabajar:** Iniciar interacciones positivas

**Objetivo:** Establecer y mantener adecuadas relaciones interpersonales, con la técnica del modelo simbólico de aprendizaje social.

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Saludo	Generar un clima cálido	❖ La psicóloga saluda cordialmente a todos los presentes y empieza el taller con un fuerte aplauso para todos.	5 minutos	Salón de clase
Dinámica “conociéndonos”	Que cada integrante participe y se presente ante los demás.	❖ La psicóloga entregará solapines a cada integrante del grupo y les pedirá que coloquen su nombre, el mes de su nacimiento, su pasatiempo favorito. Luego se les pide que busque a los compañeros con los que coincidan en al menos una característica y conversaran de esa característica en común y de las otras dos por unos minutos.	8 minutos	Salón de clase.
Exposición del tema: “La comunicación II”	Dar a conocer el contenido teórico	❖ La psicóloga inicia el tema pidiendo la intervención de los alumnos para recordar, reforzar y continuar el tema de la clase pasada. ❖ <b>Repaso:</b> - ¿Qué es la comunicación? - ¿Por qué es importante? - La comunicación es un factor muy importante para el inicio de nuevas relaciones con los demás, la forma cómo esta se dé determinará la eficacia y permanencia de estas relaciones. - ¿Cuáles son las clases de comunicación? ❖ La psicóloga continúa con el tema: ❖ <b>Barreras de la comunicación:</b> Son aquellos factores que impiden la comunicación, deformando el mensaje u obstaculizando el proceso de comunicación. Estas son: - Físicas - Semánticas - Personales	8 minutos	Ecran Diapositivas Salón de clase sillas
Modelo simbólico	Analizar el mensaje del video	❖ La psicóloga proyectará el video: “De qué me estás hablando “y pedirá que estén atentos al mensaje del video ya que hablaremos de las barreras de la comunicación para establecer relaciones saludables y evitar conflictos. Enlace: <a href="https://www.youtube.com/watch?v=MG5mx...">https://www.youtube.com/watch?v=MG5mx...</a>	20 minutos	Salón de clase Video Ecran proyector
Preguntas y respuestas	Retroalimentación, repasar y reforzar lo aprendido	❖ Escribe en tu cuaderno y responde: - ¿Qué opinas del video? - ¿Crees que lo que acabas de observar en el video, pasa frecuentemente en la vida diaria? Comenta - Menciona una de mala comunicación que hayas vivido o visto y cómo se solucionó.	5 minutos	Salón de clase

## SESIÓN N° 7: PORQUE ES JUSTO, LO EXIJO **Área a trabajar:** Defensa de los propios derechos

**Objetivo:** Reconocer nuestros derechos, mediante la técnica del modelo simbólico del aprendizaje social.

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Saludo	Recibir al grupo con respeto	❖ La psicóloga saluda cordialmente a todo el grupo.	5 minutos	Salón de clase
Dinámica “Imágenes que hablan”	Que interpreten libremente los mensajes de las imágenes	❖ La psicóloga iniciará la dinámica informando a los estudiantes que hablaremos acerca de los derechos de las personas. Para esto haremos una dinámica que consiste en lo siguiente: ❖ Se hace una competencia por filas, se les entrega una imagen relacionada a los derechos a cada fila, fila que adivine a qué derecho se refiere la imagen y lo explique, será la ganadora.	8 minutos	Salón de clase.
Exposición del tema a tratar “Derecho”	Definir con claridad el significado de derecho	❖ La psicóloga expondrá: Todas las personas tenemos una serie de derechos que deben ser respetados. En ocasiones durante nuestras relaciones interpersonales estos derechos son vulnerados (insultos, humillaciones, falta de respeto, etc.) y en otras ocasiones somos nosotros quienes atentamos contra los derechos de los demás. ❖ <b>Derecho:</b> Es un orden normativo e institucional de la conducta humana en sociedad inspirados en postulados de justicia. Su carácter y contenido está basado en las relaciones sociales en un determinado lugar y tiempo. ❖ Debemos conocer <b>nuestros derechos</b> : - Ser tratado con respeto, - Tener y expresar mis propios sentimientos y opiniones, - Ser escuchado y tomado en serio, - Decir no sin sentirme culpable, - Pedir lo que quiero, dándome cuenta de que mi interlocutor tiene derecho a decir no.	8 minutos	Ecran Diapositivas Salón de clase sillas
Modelo simbólico	Reforzar a través de las experiencias compartidas el ejercicio de nuestros derechos	❖ Se indica que se formen grupos de 7 y se dará la siguiente consigna para todos, deberán colocar en su papelote todos los derechos que conozcan y sientan que lo están recibiendo y cómo los hace sentir cuando reciben o se les niega estos derechos, en el contexto de su hogar y del colegio. Se escogerá un delegado para cada grupo y será quien exponga el trabajo. ❖ La psicóloga irá aportando y reforzando la intervención de cada grupo. ❖ Se pide un fuerte aplauso para cada intervención de los compañeros.	20 minutos	Salón de clase Papelotes Pizarra Plumones cinta
Tarea	Reforzar lo aprendido	❖ Escribir en tu cuaderno tus derechos como estudiante y para cada derecho cuál sería tu deber. Menciona 6.	5 minutos	Salón de clase

## SESIÓN N° 8: MEREZCO RECIBIR Y DAR UN BUEN TRATO **Área a trabajar:** Defensa de los propios derechos

**Objetivo:** Incentivar el respeto por los derechos propios y de los demás, a través de la técnica del modelo simbólico de aprendizaje social.

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Saludo	Recibir con alegría a todos los alumnos	❖ La psicóloga se dirige a los alumnos con un cálido “buenos días”	5 minutos	Salón de clase
Dinámica Lluvia de ideas	Los participantes aportan con sus opiniones.	❖ Se recordarán puntos importantes de la clase anterior, mediante la participación de los estudiantes con la lluvia de ideas.	8 minutos	Salón de clase.
Exposición del tema “Bien y Servicio”	Definir los términos a trabajar	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La psicóloga hace un repaso de la clase anterior y para continuar con el tema refiere a los alumnos que no solo tenemos derechos en nuestro hogar y en la escuela, sino que también podemos exigir nuestros derechos como ciudadanos es decir como parte de la sociedad.</li> <li>❖ La psicóloga explica que, así como tenemos derechos como niños, adolescentes, adultos que protegen nuestra integridad física y emocional, existen otros derechos como ciudadanos, que velan por que recibamos bienes y servicios de calidad. Hay instituciones que se encargan de hacer cumplir estos derechos.</li> <li>❖ Ahora bien, explicaremos cuál es el significado de algunos términos:</li> <li>❖ <b>BIEN:</b> Son objetos que pueden ser tocados, como un celular, una Tablet, una casa, una bicicleta, etc. son tangibles.</li> <li>❖ <b>SERVICIO:</b> Son realizados y ofrecidos por otras personas, como doctores, jardineros, camareros, etc. Son intangibles.</li> </ul>	8 minutos	Salón de clase sillas
Modelo simbólico	Mostrar escenas que reflejen el ejercicio de nuestros derechos	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La psicóloga proyectará un video y pide que todos estén muy atentos, explica que el video tratará sobre la campaña de los derechos como consumidor. <a href="http://www.sernac.cl">www.sernac.cl</a> “<b>consume bien, viva mejor</b>” Duración 13 minutos.</li> <li>❖ Una vez terminado el video se pide la participación de los estudiantes respondiendo a las siguientes preguntas: ¿Qué mensaje nos transmite el video? ¿Sabías que existían también estos derechos?</li> </ul>	20 minutos	Salón de clase Ecran Video sillas
Reforzamiento	Desarrollar la tarea como repaso de lo aprendido	Describe en tu cuaderno 3 situaciones en la que a ti o a tu familia no se le haya respetado sus derechos como consumidor de un bien o servicio. ¿Cómo lo solucionaron? ¿llegaron a hacer el reclamo?	5 minutos	Salón de clase

**SESIÓN N°9: APRENDIENDO A CONOCER MIS EMOCIONES Área a trabajar:** Expresión de enfado y disconformidad

**Objetivo:** Conocer y aprender a identificar mis emociones, con la técnica del modelado del enfoque de aprendizaje social.

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Saludo	Recibir cordialmente a todos los estudiantes	❖ La psicóloga saluda a los estudiantes con un cordial “muy buenos días a todos los presentes”	5 minutos	Salón de clase
Dinámica “Se murió el tío Pancho”	Lograr expresar diferentes emociones	❖ La psicóloga indica que se coloquen en círculo y se dará la siguiente consigna, iniciaré dando la siguiente noticia al de mi costado “se murió el tío pancho” (esto lo haré expresando una emoción sea tristeza, alegría, enojo, etc.)el que recibe el mensaje responderá con la misma emoción con la que la recibió y luego transmitirá el mensaje al siguiente compañero pero con otra emoción diferente a la que se la dieron a él(ella) y así sucesivamente.	8 minutos	Salón de clase
Exposición del tema “Emociones”	Interiorizar el significado del tema a tratar	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Definiendo</li> <li>❖ <b>Emociones:</b> Es un estado afectivo que experimentamos, una reacción subjetiva al ambiente que viene acompañada de cambios orgánicos.</li> <li>❖ <b>Manejo de emociones:</b> Los pasos para el manejo de nuestras emociones son: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Reconocer cómo nos afectan nuestras emociones</li> <li>✓ Identificar las emociones del otro, por qué actúa de determinada manera</li> <li>✓ Expresarse con tolerancia y empatía</li> </ul> </li> </ul>	8 minutos	Ecran Diapositivas Salón de clase sillas
Modelado	Plantear situaciones reales	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La psicóloga forma grupos de 5, y le entregará a cada grupo un sobre donde se le indica una situación que tendrán que escenificar y presentar cómo enfrentan esa situación de manera positiva y otra negativa y explicarán con cuál de las dos reacciones se sienten mejor.</li> </ul> ANEXO 4: Situaciones	20 minutos	Salón de clase
Retroalimentación	Repasar y reforzar lo aprendido a través de preguntas y respuestas	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Escribe y responde en tu cuaderno lo siguiente: ¿Alguna de estas situaciones, te ha ocurrido a ti o a algún conocido? ¿Cómo reaccionaste o reaccionó? ¿Crees que es fácil responder ante estas situaciones de manera adecuada?</li> </ul>	5 minutos	Salón de clase

**SESIÓN N°10: MANEJO MIS EMOCIONES Y NO ELLAS A MÍ Área a trabajar:** Expresión de enfado y disconformidad

**Objetivo:** Aprender a responder de manera asertiva a las situaciones de conflicto, a través de la técnica del modelo simbólico del enfoque del aprendizaje social.

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Saludo	Recibir a los participantes	❖ Mediante el saludo la psicóloga expresa respeto a todos los participantes.	5 minutos	Salón de clase
Dinámica” lluvia de ideas”	Reforzar conocimientos previos	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La psicóloga inicia la sesión con preguntas</li> <li>❖ ¿Qué entendemos por emociones?</li> <li>❖ ¿Hay emociones buenas y malas? ¿Cuáles son?</li> <li>❖ ¿Qué significa estar enojado?</li> </ul>	6 minutos	Salón de clase.
Exposición del tema “Conflicto”	Definir los términos principales del tema a trabajar	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ <u>Conflicto</u>: Situación en la que dos o más personas con diferentes intereses u opiniones entran en confrontación u oposición, esto genera problemas, tanto a los implicados como a otras personas.</li> <li>❖ <u>Resolución de conflictos</u>: El conflicto forma parte de la vida y es un motor de progreso, pero en determinadas condiciones puede conducir a la violencia. Para mejorar la convivencia educativa y prevenir la violencia, es preciso enseñar a resolver conflictos de forma constructiva; es decir pensando, dialogando y negociando.</li> </ul>	7 minutos	Ecran Diapositivas Salón de clase sillas
Modelo simbólico	Poner en práctica lo aprendido y reforzarlo.	❖ A continuación, se proyectará el video “El puente”, se recogen las impresiones del grupo mediante las siguientes preguntas: ¿Y tú que hubieras hecho?, ¿Qué diferencia el primer caso del segundo? La psicóloga complementa las respuestas con la reflexión: Siempre podemos encontrar la solución a un problema y que en algunas ocasiones no podemos solucionar algunas cosas por nuestra propia cuenta, muchas veces requerimos de la cooperación de los demás.	22 minutos	Salón de clase Ecran video
Preguntas y respuestas	Retroalimentación, repasar y reforzar lo aprendido	❖ Tarea conversa con tus padres respecto a un problema que haya sido motivo de conflicto y responde: ¿Cómo enfrentan el problema? ¿Cuál sería la forma de enfrentarlo conociendo el uso de la comunicación efectiva y resolución de conflictos?	5 minutos	Salón de clase cuaderno

# **SESIÓN N°11: PARA PODER EXPRESARME, DEBO CONOCERME Área a trabajar:** Autoexpresión

**Objetivo:** Fomentar el autoconocimiento, con la técnica del ensayo conductual del enfoque de aprendizaje social.

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Saludo	Mostrar respeto mediante el saludo	❖ Dar un cordial saludo y agradecer su presencia a todos los participantes.	5 minutos	Salón de clase
Dinámica: “El cartel”	Reconocer y expresar mis fortalezas	❖ La psicóloga indica que cada estudiante elaborará un cartel publicitario mencionando algunas de sus cualidades y se presentará tipo spot publicitario diciendo su nombre y mostrando su cartel.	8 minutos	Salón de clase.
Exposición del tema : “Autoestima”	Definir conceptos principales del tema	❖ <u>Autoestima</u> : Aprecio, valor y consideración que uno tiene de sí mismo. ❖ <u>Autoconocimiento</u> : Es el resultado de un proceso reflexivo mediante el cual la persona adquiere noción de su persona, de sus cualidades y características. Nos permite gestionar mejor las propias emociones. ❖ <u>Autoexpresión</u> : Es la forma personal de manifestar los diferentes estados emocionales.	8 minutos	Ecran Diapositivas Salón de clase sillas
Ensayo conductual	Compartir similitudes y aceptar las diferencias	❖ La psicóloga indicará que todos deben estar atentos a las indicaciones que dará: Que levanten la mano ¿a quiénes le gusta la lectura?, los que levanten la mano formarán un grupo, luego pregunta ¿a quienes les gusta los cursos de números? Formarán el grupo #2, luego sigue ¿a quienes les gusta algún deporte? Serán el grupo #3, continúa ¿a quienes les gusta los video juegos? Formarán el grupo #4 y por último ¿quiénes tienen más de una red social?, formarán el grupo #5. Se indica a los grupos que conversen de lo que tienen en común y luego de sus diferencias. ❖ Se pedirá la participación de 3 voluntarios para compartir la experiencia.	20 minutos	Salón de clase
Resumen	Retroalimentación, repasar y reforzar lo aprendido	❖ En tu cuaderno escribirás tus cualidades, tus sueños, tus metas a nivel personal, familiar, social, académico.	5 minutos	Salón de clase cuaderno

## SESIÓN N°12: EXPRESANDOME SIN TEMOR Área a trabajar: Autoexpresión

**Objetivo:** Desarrollar la habilidad para perder la vergüenza, con la técnica de la instrucción verbal del enfoque de aprendizaje social.

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Saludo	Transmitir confianza	❖ Mediante un cordial saludo la psicóloga transmite confianza.	5 minutos	Salón de clase
“Demostrando mi afecto”	Poder expresar manifestaciones de afecto	❖ La psicóloga pide que todos de pie en sus lugares se giren y queden cara a cara con su compañero y les da la siguiente indicación: saludarán con una frase seguido de un gesto físico, un abrazo, una palmada, estrechar la mano, etc. Luego harán lo mismo con el compañero del otro lado.	7 minutos	Salón de clase.
Exposición del tema “Autoexpresión”	Interiorizar los conceptos del tema a trabajar .	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La psicóloga expondrá el tema: ¿En qué consiste el saber expresarse?</li> <li>❖ <b>Autoexpresión:</b> Revelar a los demás nuestra propia identidad, nuestras virtudes y defectos en vías de transformación, pero, también es recibir el respeto del resto de la sociedad, sin desconocer los elementos críticos constructivos que se pueden integrar al mejoramiento personal. Significa también: confianza en las elecciones personales y una valoración positiva de las relaciones personales.</li> <li>❖ Ahora reforzaremos qué es importante a la hora de expresarme : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Precisión en lo que se va a decir</li> <li>• Tener presente que la otra persona no piensa igual que nosotros</li> <li>• Repetir el mensaje si es necesario y con tono de voz adecuado.</li> </ul> </li> </ul> <p>Hacer gestos congruentes con nuestro lenguaje.</p>	8 minutos	Papelotes Salón de clase sillas
Instrucción verbal Modelado	Mostrar conductas claras y precisas	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La psicóloga elegirá 6 parejas que pasaran al frente de la clase. El tutor entregará a cada pareja una tarjeta donde se señala una situación que cada pareja deberá actuar de la mejor manera. El tutor pide a los demás que estén atentos a la solución que da cada pareja a la situación planteada, luego opinarán.</li> </ul> <p>ANEXO #5: Situaciones</p>	20 minutos	Salón de clase tarjetas
Preguntas y respuestas	Retroalimentación, repasar y reforzar lo aprendido	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ ¿Conoces alguna otra forma de respuesta para solucionar las situaciones planteadas? Escríbelas en tu cuaderno</li> <li>❖ Menciona 3 eventos donde te ocurrió algo parecido y como lo resolviste.</li> </ul>	5 minutos	Salón de clase

### SESIÓN N° 13: UTILIZANDO LAS PALABRAS ADECUADAS **Área a trabajar:** Hacer peticiones

**Objetivo:** Solicitar lo que uno necesite de forma adecuada con la técnica del modelado del enfoque de aprendizaje social.

ACTIVIDADES	OBJETIVO	DESARROLLO	TIEMPO	RECURSOS
Saludo	Mostrar respeto a todos los presentes	❖ La psicóloga expresa su saludo cordial a todos los participantes del taller.	5 minutos	Salón de clase
Dinámica: “Armando la frase”	Descubrir el tema a tratar	❖ La psicóloga los ordena por filas, entregará una palabra a cada participante de la fila y se les dirá que deben formar una oración, el que la forme primero será el ganador. Las frases son: No es mi talla, me lo cambia por favor; me indica la dirección por favor ; no me gusta ese juego, Yo no participo, gracias y Yo no pedí con mostaza, lo puede cambiar por favor. El tutor pide mediante lluvia de ideas que intervengan y mencionen de qué tratan las frases armadas.	8 minutos	Salón de clase.
Exposición del tema : “Respeto”	Aclarar la idea principal	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La psicóloga expone las ideas principales, mencionando primero el significado de:</li> <li>❖ <b>Respeto</b> : Es un valor que permite que la persona pueda reconocer, aceptar, apreciar y valorar las cualidades del prójimo y sus derechos. Es decir el respeto es el reconocimiento del valor propio y de los derechos de los individuos y de la sociedad.</li> <li>❖ <b>Importancia:</b> Menciona lo importante que es que podamos expresar lo que se necesite de una forma adecuada ya sea por un reclamo, porque necesitamos algo, porque no estemos a gusto, etc. Siempre que se haga algún pedido debe hacerse con respeto. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se debe tener en cuenta que para solicitar algo con respeto podemos hacer uso de las siguientes palabras: Por favor, Muchas gracias,</li> <li>- Disculpe</li> </ul> </li> </ul> <p><u>Palabras mágicas</u></p>	7 minutos	Ecran Diapositivas Salón de clase sillas
modelado	Copiar modelos positivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ La psicóloga inicia el desarrollo del tema pidiendo la intervención voluntaria de los estudiantes, preguntando si en algún momento han pedido algo y se lo han negado. ¿Cómo se sintieron? ¿Qué pensaron en ese instante? ¿Volvieron a insistir?, y cuando a ustedes un compañero les pide algo, siempre se lo concedes o en que situaciones no.</li> <li>❖ El tutor pedirá dos voluntarios y se pondrán delante de todos y se le indica a uno de ellos que pida algo a su compañero, como a él le parezca.</li> <li>❖ Se pedirá un aplauso para los colaboradores y se pregunta: ¿resulta siempre fácil pedir algo? Según la intervención de los estudiantes se irá reforzando las ideas principales y se hace hincapié de la manera adecuada de hacer nuestras peticiones.</li> </ul>	20 minutos	Salón de clase
Reflexión	Concientizar a los participantes sobre el tema	❖ En tu cuaderno anotarás 3 experiencias en las que hayas solicitado algo y responderás a las mismas preguntas que se trabajaron en clase, sea que se te concedió o no.	5 minutos	Salón de clase cuaderno



## BIBLIOGRAFIA

- Aguilar, P. (2017). *Funcionalidad familiar y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de instituciones educativas públicas del distrito del Nuevo Chimbote*. Tesis pregrado. Facultad de Humanidades Escuela Profesional de Psicología, Chimbote – Perú
- Alcántara, M. (2017) *Nivel de Habilidades sociales en estudiantes de la academia pre universitaria APPU del distrito de El Agustino*. Título de licenciatura. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Lima
- Andina (19 de noviembre de 2009). Colegios públicos y privados no pueden usar denominación de preuniversitarios, ratifica Minedu. *Andina*. Recuperado de <https://andina.pe/agencia/noticia>
- Akers, R. (2006). Aplicaciones de los principios del aprendizaje social
- Aparicio, M. Habilidades para la vida. Manual de conceptos básicos para facilitadores y educadores CEDRO
- Caballo, V. (1993) Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. España, Madrid: siglo XXI.
- Caballo, V. (2007). Manual de Evaluación y Entrenamiento de las Habilidades Sociales. España: Siglo XXI de España, Editores, S.A. - Séptima edición
- Cabrera, V. (2013) *Desarrollo de habilidades sociales en adolescentes varones de 15 a 18 años del centro municipal de formación artesanal Huancavilca de la ciudad de Guayaquil – 2012* Tesis de grado. Universidad de Guayaquil, Ecuador.
- Camacho, L. (2012) *El juego cooperativo como promotor de habilidades sociales en niños de 5 años*. [Disponible en [tesis.pucp.edu.pe/.../CAMACHO\\_MEDINA\\_LAURA\\_JUEGOS\\_SOCIALES.pdf...1](https://tesis.pucp.edu.pe/.../CAMACHO_MEDINA_LAURA_JUEGOS_SOCIALES.pdf...1)
- Campo, L.; Martínez, Y. (2009) *Habilidades sociales en estudiantes de psicología de una universidad privada de la costa caribe colombiana*. Tesis doctoral. Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología. 2(1):39-51. Colombia
- Carretero, M. (1997) ¿Qué es el constructivismo? México, Progreso. Recuperado de [http://www.uls.edu.mx/estrategias/constructivismo\\_educacion.doc](http://www.uls.edu.mx/estrategias/constructivismo_educacion.doc)
- Carrillo, G. (2015) *Validación de un programa lúdico para la mejora de las habilidades sociales en niños de 9 a 12 años*. Tesis doctoral. Universidad de Granada, España

- Cieza, C. (2013) *Nivel de desarrollo de las habilidades sociales en las adolescentes de secundaria de la I.E. Industrial Santiago Antúnez de Mayolo n°3048 del distrito de Independencia*. Universidad de Ciencias y Humanidades, Lima.
- Cohen, S. y Coronel, C. (2009). Aportes de la teoría de Habilidades sociales a la comprensión del comportamiento violento en niños y adolescentes. Recuperado de <https://www.aacademica.org/000-020/753>
- Collantes, N. (2017) Tesis *Socialización parental y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de colegios particulares del distrito de Puente Piedra*. [Disponible en <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/5931>]
- Delors, J. (1996) La Educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la comisión Internacional sobre Educación para el siglo XXI. Madrid, España: Santillana/Unesco
- Díaz, E.; Jáuregui, C. *Clima social familiar y habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa-Bagua Grande*. Recuperado de <http://repositorio.uss.edu.pe/handle/uss/1856>
- Eceiza, G. (2008) “Habilidades sociales y contextos de la conducta social” Universidad del país vasco – España. Educere. Revista Psicoeducativa. Redalyc
- Fernández, M. (2007) *Habilidades sociales en el contexto educativo*. Tesis Magisterial. Universidad del Bío Bio Chillán, Chile.
- Galarza, C. (2012) Tesis *Relación entre el nivel de habilidades sociales y el clima social familiar de los adolescentes de la I.E.N. Fe y Alegría 11, Comas – 2012*. Tesis de licenciatura. Lima
- Gismero, E. (2002) Escala de Habilidades sociales. Madrid: TEA ediciones, S.A
- Gismero, Elena. (2002). Manual de la escala de Habilidades Sociales. Madrid, España
- Hernandez, S. (2014) Metodología de la investigación. México: Editorial Mc. Graw Hill
- Hidalgo, Carmen. (1990). Desarrollo de la Habilidades Sociales en estudiantes universitarios. Revista Latinoamericana de Psicología. Recuperado de [www.redalyc.org/articulo.oa?id=80522205](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80522205)
- Hurtado, L. (2006). Acerca de la preparación preuniversitaria. Revista del Instituto de Investigaciones Educativas, 10 (17), 167 -174. Recuperado de: [http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/publicaciones/inv\\_educativa/2006\\_n17/a16.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/publicaciones/inv_educativa/2006_n17/a16.pdf)

- Hurtado, R. (2018) *Habilidades sociales en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular de Lima Metropolitana*. Título de licenciatura. Universidad Inca Garcilaso de la Vega. Lima
- Lacunza; Contini (2011) Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. Argentina. Recuperado de [www.redalyc.org/articulo.oa?id=1842441700](http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1842441700)
- La Serna y Beltrán (2009) ¿Cuán relevante es la educación escolar en el desempeño universitario? Universidad del Pacífico. Recuperado de [repositorio.up.edu.pe](http://repositorio.up.edu.pe)
- LLANOS, C. (2006) *Efectos de un programa de enseñanza en habilidades sociales*. Tesis doctoral. Universidad de Granada, España.
- Lopez, M. (2017) *Habilidades de los estudiantes de secundaria que participan en el taller de teatro de un colegio privado de secundaria de la ciudad de Guatemala*. Título de licenciatura. Guatemala.
- Mangrulkar, L., CV Whitman, M Posner. (2001). Enfoque de Habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes. Recuperado de [https://scholar.google.com.pe/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=enfoques+de+habilidades+para+la++vida%2C+para+un+desarrollo+saludable+de+ni%C3%B1os+y+adoles&btnG=\[PDF\] academia.edu](https://scholar.google.com.pe/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=enfoques+de+habilidades+para+la++vida%2C+para+un+desarrollo+saludable+de+ni%C3%B1os+y+adoles&btnG=[PDF] academia.edu)
- Monjas, I. (1992) La competencia social en la edad escolar. Diseño, aplicación y validación del “programa de habilidades de interacción social” Universidad de Salamanca.
- Monjas, I. (2009) Cómo promover la convivencia. Programa de asertividad y habilidades sociales. Madrid: Narcea
- Mudarra, M.; García-Salguero, B. (2016) *Habilidades sociales y éxito académico: expectativas de los profesores de educación secundaria*. Revista Española de Orientación y Psicopedagogía, España. Recuperado de <http://www.redalyc.org>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE, 2015) “Habilidades para el progreso social: El poder de las habilidades sociales y emocionales”. [Disponible en: <http://www.oecd.org/edu/ceri/skills-for-social-progress-executive-summary-spanish.pdf>]
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) (2016). Orientación Andújar – Más de 150 juegos y dinámicas para el aula, el patio y extraescolar <https://www.orientacionandujar.es>

- Oyarzun y colaboradores (2012) *Habilidades Sociales y Rendimiento Académico: Una mirada desde el género*. Acta Colombiana de Psicología. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5786536>
- Papalia, D. (1998) Psicología. Madrid:Mc Graw-Hill
- Padilla, A. (2011). Rector de la UNI admitió que alumnos del Colegio Mayor no están "plenamente preparados". Recuperado de <http://archivo.elcomercio.pe/sociedad/lima/rector-uni-admitio-que-alumnos-colegio-mayor-no-estanplenamente-preparados-noticia-721608>
- Perú 21 (27 de diciembre del 2014). Ministerio de educación prohibió el uso, difusión y publicidad de la denominación “centros preuniversitarios”. *Perú 21*. Recuperado de <https://peru21.pe/lima-minedu-prohibe-colegio-denominarse-centros-preuniversitarios-203004>
- Piaget, J (1968). Educación e instrucción. Buenos Aires, Argentina: Proteo
- Pimienta, J (2007). Metodología Constructivista: Guía para la planeación docente. Recuperado de <http://edidactic.weebly.com/uploads/2/7/8/3/27839681/pimientajulio-metodologiaconstructivistaguiaparalaplaneaciondocente2ed-131204110717-phpapp01.pdf>
- Rafael (2009). Desarrollo cognitivo: Las teorías de Piaget y Vygotsky. Recuperado de [http://www.paidopsiquiatria.cat/files/teorias\\_desarrollo\\_cognitivo.pdf](http://www.paidopsiquiatria.cat/files/teorias_desarrollo_cognitivo.pdf)
- Ramírez, M. (2015) *Conceptualización y Medición de las habilidades sociales en un contexto universitario mexicano*. Universidad Autónoma de Yucatán, España
- Rodríguez, V. & Romero, D. (2011). *La asertividad como factor asociado a las habilidades cognitivas de solución de problemas interpersonales en estudiantes de 12 años* Tesis de maestría. Pontificia Universidad Javeriana, Colombia. Recuperado de <https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/1431/RodriguezEspinozaVanessa2011.pdf;jsessionid=34D28161F2D7002796AF2F8204BAF534?sequence=1>
- Romero, E. (2016). La enseñanza pre-universitaria un tema pendiente. Recuperado de <https://sociohistoria.lamula.pe/2016/08/17/la-ensenanza-pre-universitaria-un-tema-pendiente/eddy/>
- Sierra, Cecilia. (2016). Teoría Social del Aprendizaje de Albert Bandura Universidad Antropológica de Guadalajara. Julio

- Taípe, A. (17 de febrero de 2014). Academias preuniversitarias - *El Comercio*. Recuperado de <http://elcomercio.pe/economía/negocios/academias-preuniversitarias-negocio-llega-294326>
- Torres, M. (2014) Las habilidades sociales. Un programa de intervención en educación Secundaria Obligatoria. Universidad de Granada
- Universidad de Florida. Recuperado de [https://scholar.google.com.pe/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=Aplicaciones+de+los+principios+del+aprendizaje+social&btnG=](https://scholar.google.com.pe/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Aplicaciones+de+los+principios+del+aprendizaje+social&btnG=)
- Vargas, C.; Jiménez, S. (2013) Constructivismo en los procesos de educación en línea. Costa Rica: Revista ensayos pedagógicos. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5409440>
- Verde, R. (2015) *Taller aprendiendo a convivir para el desarrollo de habilidades sociales en los alumnos del 1º año de secundaria de la I.E. Víctor Raúl Haya de la Torre* - El Porvenir - Trujillo 2014.
- Vielma, Elma; Salas, María (2000). Aportes de las Teorías de Vygotsky, Piaget, Bandura y Bruner. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35630907>
- Villalobos, M. (05 de febrero de 2017) ¿Cuál es la situación de los colegios privados en el Perú? *El Comercio*. Recuperado de <https://elcomercio.pe>
- Wolpe, J. (1958). *Psychotherapy by reciprocal inhibition*. EEUU, California: Stanford University Press
- Zabala; Valadez y Vargas (2008) *Inteligencia Emocional y Habilidades Sociales en adolescentes con alta aceptación social*. Revista electrónica de Investigación Psicoeducativa, Perú

## **ANEXOS**

## Anexo 1. Matriz de Consistencia

HABILIDADES SOCIALES EN ESTUDIANTES DEL TERCIO SUPERIOR DEL COLEGIO CON METODOLOGÍA PREUNIVERSITARIA TRILCE - LOS OLIVOS						
PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	TIPO	INSTRUMENTO
¿Cuál es el nivel de desarrollo en habilidades sociales que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del Colegio con metodología Preuniversitaria Trilce – Los Olivos?	Determinar el nivel de desarrollo en habilidades sociales que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del Colegio con metodología Preuniversitaria Trilce – Los Olivos	Habilidades sociales	- Autoexpresión en situaciones sociales	ALTO	Cuantitativa discreta	ESCALA DE HABILIDADES SOCIALES
<b>ESPECÍFICOS</b>	<b>ESPECÍFICOS</b>		- Defensa de los propios derechos como consumidor	PROMEDIO ALTO		
1 ¿Cuál es el nivel de desarrollo de la habilidad social <b>autoexpresión en situaciones sociales</b> que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del Colegio con metodología Preuniversitaria Trilce - Los Olivos?	1. Describir el nivel de <b>desarrollo de la habilidad social autoexpresión en situaciones sociales</b> que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del Colegio con metodología Preuniversitaria Trilce – Los Olivos		- Expresión de enfado o disconformidad	PROMEDIO	Nivel aplicado	
2 ¿Cuál es el nivel de desarrollo de la habilidad social <b>defensa de los propios derechos como consumidor</b> que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce – Los Olivos	2 conocer el nivel de desarrollo de la habilidad social <b>defensa de los propios derechos como consumidor</b> que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce – Los Olivos		- Decir no y cortar interacciones	PROMEDIO BAJO	Descriptiva Diseño	
3 ¿Cuál es el nivel de desarrollo de la habilidad social <b>expresión de enfado o disconformidad</b> que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce – Los Olivos?	3 identificar el nivel de desarrollo de la habilidad social <b>expresión de enfado o disconformidad</b> que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Olivos		- Hacer peticiones con el sexo opuesto	BAJO	Transversal prospectivo	
4 ¿Cuál es el nivel de desarrollo de la habilidad social <b>decir NO y cortar interacciones</b> que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce – Olivos?	4 determinar el nivel de desarrollo de la habilidad social <b>decir NO y cortar interacciones</b> que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce – Los Olivos		- Iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto		No experimental	
5 cuál es el nivel de desarrollo de la habilidad social <b>hacer peticiones con el sexo opuesto</b> que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce – Los Olivos?	5 describir el nivel de desarrollo de la habilidad social <b>hacer peticiones con el sexo opuesto</b> que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce – Los Olivos					
6 ¿Cuál es el nivel de <b>desarrollo de la habilidad social iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto</b> que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce – Los Olivos?	6 Explicar el nivel de desarrollo de la habilidad social <b>iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto</b> que presentan los estudiantes de 5º año de secundaria, que pertenecen al tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce – Los Olivos					

## Anexo 2. Carta de autorización

Lima, 27 de Noviembre de 2017

DIRECTORA

**Katherine Portugal Pacheco**

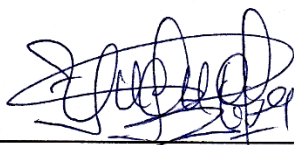
Colegio Trilce Pro

Asunto: CARTA DE PRESENTACIÓN

Sirva la presente para saludarlo cordialmente y al mismo tiempo presentar a la estudiante egresada de la Facultad de Psicología y Trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega del curso "Suficiencia Profesional": **FLORES CISNEROS, Claudia** con DNI N° **10065614** con código de estudiante N° **05-675733-6**

Dicha estudiante se encuentran desarrollando en el curso de Suficiencia Profesional, un trabajo titulado "Habilidades Sociales en estudiantes del quinto superior del colegio con sistema preuniversitario Trilce – Los Olivos" y para ello es importante que pueda aplicar un instrumento de medición para recabar los datos necesarios para dicho estudio. Es por ello que remitimos el presente documento para que le permita el ingreso a la entidad que usted dirige. Por otro lado, le aseguramos que los resultados de la investigación serán de completa confidencialidad y se emplearán exclusivamente en la asignatura a mi cargo. Si usted deseara una copia del estudio se le proporcionará el mismo.

Sin otro particular,



**Dra. Elisa Torres Abanto**  
Docente del curso "Suficiencia Profesional"  
Cód. 5326  
DNI N° 09933537



**KATHERINE PORTUGAL PACHECO**  
Dirección de Estudios



### Anexo 3. Escala de habilidades sociales

Elena Gismero González; España; 2000

Adaptación César Ruíz Alva; Perú 2006

Estimado estudiante, queremos agradecer el tiempo que usted empleará en la resolución de este cuestionario. Anote sus respuestas rodeando la letra de la alternativa que mejor se ajuste a su modo de ser o de actuar.

Edad: \_\_\_\_\_ Año de Estudio: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Género: (M) (F)

	PREGUNTAS O SITUACIONES				
1	A veces evito hacer preguntas por miedo a ser tonto	A	B	C	D
2	Me cuesta telefonar a tiendas, oficinas, etc. Para preguntar algo	A	B	C	D
3	Si al llegar a mi casa encuentro un defecto en algo que he comprado, voy a la tienda a devolverlo.	A	B	C	D
4	Cuando en una tienda atienden antes a alguien que entró después que Yo, me quedo callado	A	B	C	D
5	Si un vendedor insiste en enseñarme un producto que no deseo en absoluto, paso un mal rato para decirle que no.	A	B	C	D
6	A veces me resulta difícil pedir que me devuelvan algo que dejé prestado.	A	B	C	D
7	Si en un restaurante no me traen la comida como la había pedido, llamo al camarero y pido que lo hagan de nuevo.	A	B	C	D
8	A veces no sé qué decir a personas atractivas del sexo opuesto.	A	B	C	D
9	Muchas veces cuando tengo que hacer un halago no sé qué decir.	A	B	C	D
10	Tiendo a guardar mis opiniones a mí mismo.	A	B	C	D
11	A veces evito ciertas reuniones sociales por miedo a hacer o decir alguna tontería.	A	B	C	D
12	Si estoy en el cine y alguien me molesta con su conversación, me da mucho apuro pedirle que se calle.	A	B	C	D
13	Cuando un amigo expresa una opinión con la que estoy muy en desacuerdo prefiero callarme a manifestarme abiertamente lo que yo pienso.	A	B	C	D
14	Cuando tengo mucha prisa y me llama una amiga por teléfono, me cuesta mucho cortarla.	A	B	C	D
15	Hay determinadas cosas que me disgusta prestar, pero si me las piden, no sé cómo negarme.	A	B	C	D
16	Si salgo de una tienda y me doy cuenta que me han dado mal vuelto, regreso allí a pedir el cambio correcto.	A	B	C	D
17	No me resulta fácil hacer un cumplido a alguien que me gusta.	A	B	C	D
18	Si veo en una fiesta a una persona atractiva del sexo opuesto, tomo la iniciativa y me acerco a entablar conversación con ella.	A	B	C	D
19	Me cuesta expresar mis sentimientos a los demás.	A	B	C	D
20	Si tuviera que buscar trabajo, preferiría escribir cartas de presentación a tener que pasar por entrevistas personales.	A	B	C	D
21	Soy incapaz de regatear o pedir descuento al comprar algo.	A	B	C	D

22	Cuando un familiar cercano me molesta, prefiero ocultar mis sentimientos antes que expresar mi enfado.	A	B	C	D
23	Nunca se cómo cortar a un amigo que habla mucho.	A	B	C	D
24	Cuando decido que no me apetece volver a salir con una persona, me cuesta mucho comunicarle mi decisión.	A	B	C	D
25	Si un amigo al que he prestado cierta cantidad de dinero parece haberlo olvidado, se lo recuerdo	A	B	C	D
26	Me suele costar mucho pedirle a un amigo que me haga un favor.	A	B	C	D
27	Soy incapaz de pedir a alguien una cita.	A	B	C	D
28	Me siento turbado o molesto cuando alguien del sexo opuesto me dice que le gusta algo de mi físico.	A	B	C	D
29	Me cuesta expresar mi opinión cuando estoy en grupo.	A	B	C	D
30	Cuando alguien se me cuela en una fila hago como si no me diera cuenta.	A	B	C	D
31	Me cuesta mucho expresar mi ira, mi cólera, mi enfado hacia el otro sexo, aunque tenga motivos justificados.	A	B	C	D
32	Muchas veces prefiero callarme o “quitarme del medio” para evitar problemas con otras personas.	A	B	C	D
33	Hay veces que no se negarme con alguien que no me apetece pero que me llama varias veces.	A	B	C	D

#### Anexo 4. Ficha Sociodemográfica

##### DATOS SOCIO-DEMOGRÁFICOS

En el siguiente cuadro se exponen preguntas que deben ser llenados con los datos personales. Cuya información será uso exclusivamente para la investigación científica, cuidando la información del participante.

Instrucciones: Se debe marcar con un aspa (X), puede ser en el número, como en la palabra. En las opciones que tengan espacios “\_\_\_\_\_” debe ser correctamente llenado con letra que se pueda comprender.

<b>A. Año de estudio</b>	_____ secundaria	
<b>B. Turno</b>	1	T. Mañana
	2	T. Tarde
<b>C. Sexo del participante</b>	1	Hombre
	2	Mujer
<b>D. Edad del participante</b>	_____ años	
<b>E. Lugar de Origen</b>	Departamento: _____	
<b>F. Distrito de Residencia</b>	Distrito: _____	

**Verifique que no haya opciones sin responder.**

## **Anexo 5. Hoja de trabajo de la sesión 1**

### **Situaciones**

- 1.- VOY A LA TIENDA DE ROPA Y EL VENDEDOR INSISTE EN VENDERME UN PRODUCTO QUE NO ME GUSTA, NI NECESITO.
- 2.- TENGO MUCHA PRISA Y JUSTO ANTES DE SALIR DE CASA, ME LLAMA UNA AMIGA(O) POR CELULAR E INTENTO CORTARLE, PERO HABLA MUCHO.
- 3.- UNA AMIGA ME PIDE QUE LE PRESTE UN COLLAR, TIENE UN VALOR SENTIMENTAL PARA MÍ Y PREFERIRÍA NO PRESTARSELO A NADIE.
- 4.- MIS AMIGOS ME INVITAN A SALIR AL CENTRO COMERCIAL Y EN REALIDAD NO TENGO GANAS DE IR A NINGÚN LADO.
- 5.- MIS PADRES ME HAN COMPRADO UNA ENTRADA A UNA ACTIVIDAD QUE ELLOS CREEN QUE ME GUSTA, NO DESEO IR.

## **Anexo 6. Hoja de trabajo de la sesión 2**

### **CASOS**

1.- MIS AMIGOS COMPRAN ENTRADAS PARA UN CONCIERTO Y ME HAN INVITADO, PERO YO NO DESEO IR Y NO QUIERO QUE SE MOLESTEN CONMIGO

2.- MI MEJOR AMIGO(A) ESTÁ DEJÁNDOSE INFLUENCIAR POR AMIGOS DE SU BARRIO Y HA EMPEZADO A MENTIR A SUS PADRES PARA SALIR CON ELLOS, DICIÉNDOLES QUE VA A ESTAR EN MI CASA.

3.- ME HE DADO CUENTA QUE A MI COMPAÑERO(A) LE GUSTO Y SIEMPRE QUIERE ESTAR CONMIGO, ESO ME INCOMODA.

4.- EN LA FIESTA DE CUMPLEAÑOS DE UN AMIGO, ME PIDEN QUE ME ATREVA A FUMAR Y BEBER, ESTOY SEGURO QUE NO QUIERO HACERLO Y ELLOS SON INSISTENTES.

5.- TU AMIGO(A) TE PIDE QUE LE HAGAS UNA BROMA PESADA A UN COMPAÑERO DE CLASE.

## **Anexo 7. Hoja de trabajo de la sesión 5**

### **SITUACIONES**

1.- DE REGRESO A CASA ME DOY CUENTA QUE NO TENGO PARA MI PASAJE Y NO PUEDO REGRESAR CAMINANDO POR QUE ESTÁ LEJOS ¿QUÉ HAGO?

2.- ESTOY MAL EN EL CURSO DE ÁLGEBRA Y EN MI SALÓN HAY UNA COMPAÑERA QUE DOMINA ESE CURSO Y QUIERO QUE ME AYUDE.

3.- SOY NUEVO EN LA CLASE Y HAN AVANZADO REGULAR LOS CURSOS, NECESITO NIVELARME EN LOS TEMAS DEL CUADERNO, TODAVÍA NO CONOZCO A NADIE Y NECESITO PEDIR ALGUNOS CUADERNOS.

4.- HABRÁ UN CONCURSO DE CANTO, QUIERO PARTICIPAR, PERO DEBE SER DÚO

5.- UN GRUPO DE COMPAÑEROS SIEMPRE JUEGA A LA HORA DE RECREO, YO QUISIERA PARTICIPAR.

## **Anexo 8. Hoja de trabajo de la sesión 9**

### **SITUACIONES**

1.- DURANTE EL RECREO UN COMPAÑERO ME EMPUJA EN DOS OPORTUNIDADES Y HACE QUE DERRAME MI REFRESCO

2.- UNA COMPAÑERA DE CLASES ANDA DICIENDO COSAS NEGATIVAS DE MI PERSONA

3.- MI TUTOR ME DEJÓ SIN RECREO INJUSTAMENTE, ESO ME ENOJA.

4.- COGIERON MI TABLET SIN PERMISO Y SE ROMPIÓ.

5.- PUBLICARON UNA FOTO MÍA SIN MI CONSENTIMIENTO Y ESTÁN HACIENDO COMENTARIOS.

## **Anexo 9. Hoja de trabajo de la sesión 12**

### **MENSAJES**

- ✓ PEDIR PRESTADO UN LAPICERO A UN COMPAÑERO.

.....

- ✓ PEDIR A UN COMPAÑERO QUE LE DEVUELVA SU CUADERNO.

.....

- ✓ PEDIR PERMISO A SUS PADRES PARA SALIR AL CINE CON SUS COMPAÑEROS.

.....

- ✓ SOLICITAR AL PROFESOR UNA NUEVA OPORTUNIDAD PARA UN EXAMEN.

.....

- ✓ CONVERSAR CON SUS PADRES SOBRE SU AVANCE ACADÉMICO.

.....



## Anexo 10. Análisis de confiabilidad

### Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
R1	93,01	169,302	,428	,843
R2	92,92	172,362	,270	,848
R3	92,94	172,693	,220	,850
R4	93,12	166,710	,485	,842
R5	92,79	171,667	,312	,847
R6	92,55	170,541	,386	,845
R7	93,10	170,252	,343	,846
R8	93,21	168,877	,409	,844
R9	93,08	165,494	,562	,840
R10	93,01	171,460	,314	,846
R11	92,49	168,806	,453	,843
R12	93,03	176,920	,099	,852
R13	92,57	175,538	,162	,850
R14	92,99	170,881	,352	,845
R15	93,13	168,851	,395	,844
R16	92,13	177,825	,107	,851
R17	93,30	168,449	,401	,844
R18	93,09	188,321	-,306	,864
R19	93,19	175,185	,190	,850
R20	92,51	165,622	,539	,840
R21	93,13	165,825	,455	,842
R22	93,03	164,105	,553	,839
R23	92,69	168,928	,472	,843

R24	93,04	171,670	,299	,847
R25	92,60	171,744	,283	,847
R26	92,52	171,516	,347	,846
R27	93,01	162,145	,629	,837
R28	92,61	168,557	,452	,843
R29	92,32	170,696	,430	,844
R30	92,69	166,033	,562	,840
R31	92,81	170,001	,419	,844
R32	93,31	170,165	,369	,845
R33	92,61	172,557	,309	,847

## Anexo 11. Validez de constructo

### ALFA POR DIMENSIONES

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
AUTOEXPRESIÓN	69,078	98,810	,638	,773
DEFENSA DERECHOS	79,195	118,527	,667	,758
EXPRESIÓN ENFADO	81,779	130,885	,569	,782
DECIR NO Y CORTAR	78,416	126,983	,528	,788
HACER PETICIONES	77,195	131,659	,511	,792
INICIAR INTERACCIONES	79,987	123,539	,567	,780



# Plagiarism Checker X Originality Report

Similarity Found: 20%

Date: miércoles, diciembre 19, 2018

Statistics: 7015 words Plagiarized / 35006 Total words

Remarks: Medium Plagiarism Detected - Your Document needs Selective Improvement.

---

NUNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y  
TRABAJO SOCIAL / Trabajo de Suficiencia Profesional Nivel de Desarrollo de  
Habilidades Sociales en estudiantes de 5º año de secundaria que pertenecen al  
tercio superior del colegio con metodología preuniversitaria Trilce - Los Olivos Para  
optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología Presentado por: Autora:  
Bachiller Claudia Cecilia Flores Cisneros Lima - Perú 2018